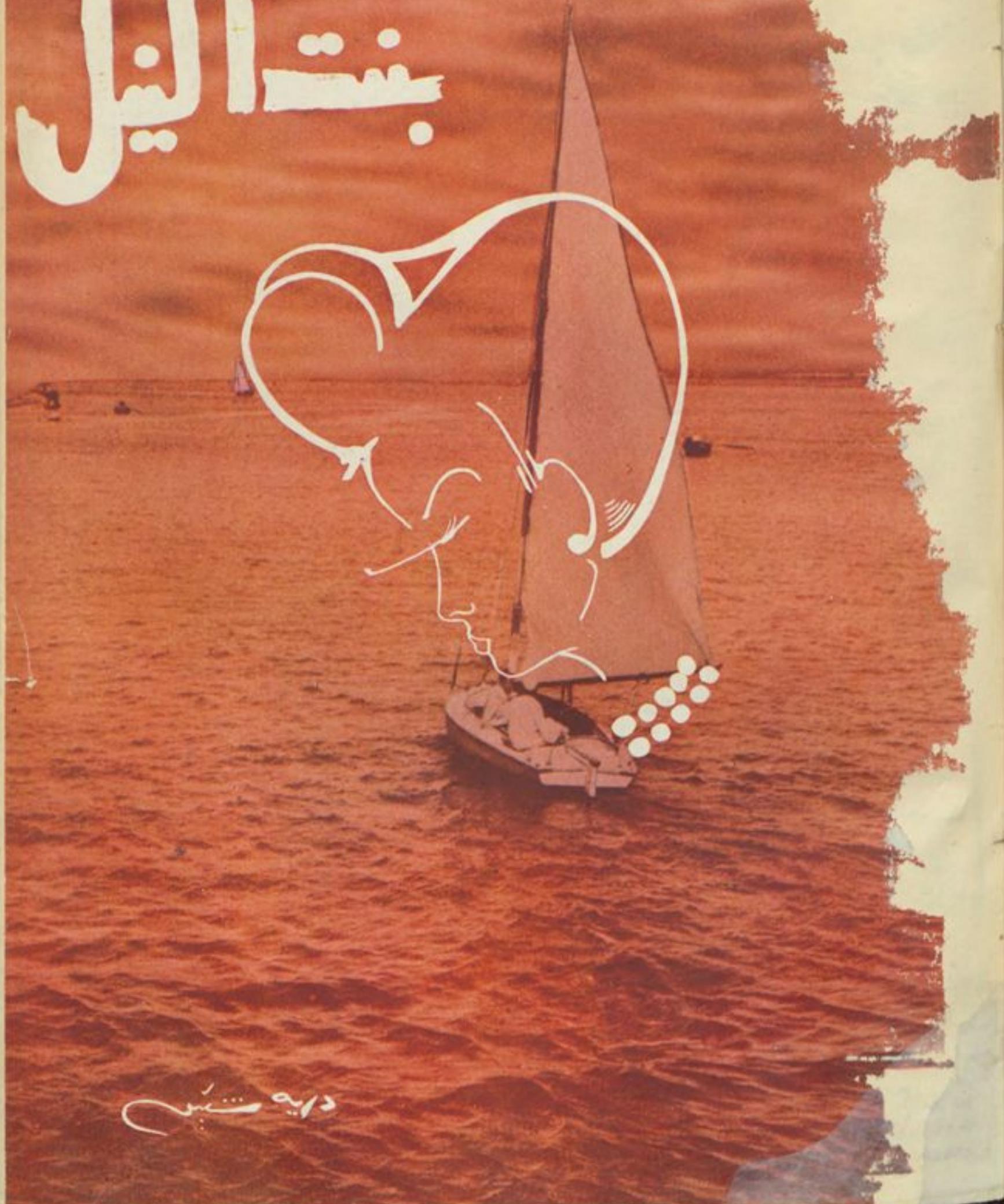


# بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ



دِمِيْه مُتَّفِقٌ

# في محلات تزييد كوكو



## سيختلف لهذا الصيف عبايتك

... فليكون في رسالتك أن تنشرى جميع  
ما جعلتك الخاصة بالبلد في رفائن الصيف  
الرقيقة التي لا يبارى في سود بلادها من  
محمد نجيب كبرافص الأزغاجان

# رسينا في كفاح الأرض ...

لنعدهم لا لتركهم فريسة الجهل .  
تستطيع سيداتنا أن يعالجن مراضي  
المرضى بأن يقتضي ذلك من أدوات  
رمتنهن بعض الفروش وأن يعنّ بها  
كل الجمعيات والمبادرات لشراء الأدوية  
وتعصي صاحبها هؤلاء المرضى الذين يحصدون  
المرض في الصعيد وغير الصعيد من بلاد  
القطر ، ولا يأس على أزواجاً إذا  
شاهدونا يوماً بغير زينة أو طلاق  
فإن في مصر مرضى يخز في قلوبنا  
منظرة الألم إذا أقبل الصبح أو أدر  
النهار ، وكل هذا علاج مؤقت إلى أن تؤدي  
الحكومة الزمامتها نحو هؤلاء المرضى  
الذين يعنونها التفقة ويولونها أمورهم  
لنعدهم لا لتركهم مطعمة صالحة لشكل  
داء وآفة أو مقبرة .

إلى مصالحة البريد

ها الشكر قطعاً ، فقد قلت  
شكوى المشتركين فلة ملعونة ،  
ونحب أنتا سترجي لها الشكر  
العميق إذا زاد عطف المشتولين في  
المصلحة هذه « المرة » فين يديها  
عدد ممتاز لستناه بإصال ، والأمل  
كبير في أن تتحقق رعاية المصلحة  
للمجاهلة حتى تبلغ أصحابها ، فإذا  
تأخرت فإننا نترجم معاونة المشتركين  
بالسؤال عنها في بريد جهنم أو  
بلدم .

البراماتها نحو هؤلاء القراء الذين  
يعنونها الثقة ويولونها أمورهم لسعدهم  
لا لتركهم للهرمان والطوع .

سعطى السيدات المثقفات أن  
يعلنن جهل الجهلاء لابالكتب والقاء  
الحاضرات أو بالمقالات تنشر هنا  
وهناك ، فعندنا في كل مدينة وقرية  
من يحيىهن على زيارتنا حيث يكنا أن  
نخادهم بلغتهم التي يفهمونها عن الدنيا  
وما فيها ونقلت لهم إلى أخطائهم في  
تناول حياتهم الخاصة أو اهتمامهم بال  
الحياة العامة ، وتشير عليهم ما يجب  
وتركهم إلى ملائكتهم ، وأنا لا أزعم  
أن هذه الزيارات ستحل من المأهول  
علمأً أو واعياً لكل شيء ، وإنما ذلك  
علاج مؤقت أيضاً إلى أن تؤدي  
المحكومة العرامتها نحو تعليم الماهلين  
الذين عنونها الفقهاء وولئنها أمورهم

للمكتبة الوطنية

كفاحاً متصلاً لا يفتر ولا يلين ،  
وأحب أباً تمنى السيدات ملؤه  
بنصيب في هذا الكفاح لعله أعز  
لنصيب ينتظره الشعب من سيداته  
وناته التلقفات ..

نحن في يوماً قد لا نتفق فراغنا  
أحياناً إلا ينافه الأعمال فإذا علينا  
لو أنا شفينا وفتا يإعداد الملاس  
الخصصة البسيطة لقاء هؤلاء  
لقراءة ، أو ساعتها إصابة بعض  
الأطعمة التي ترد عن هؤلاء المعوزين  
لام الأباء والبطعون ؟ أنا لا أزعم  
أن هذا السكاء والغذاء سيحيل حياة  
هؤلاء الناس أميناً وورضي ، وإنما هو  
علاج مؤقت إلى أن تؤدي الحكومة

وأى مرض أعنف من الفقر والجهل والمرض؟ فهى إذا دخلت بيشة من البيشات عز عليها التضوج والاستواء فما بالك بها في شعب علم الدنيا يوماً وكان عليه علامياً طبيع الأدواء، وتراؤه عنواناً للبذخ والثراء؟ إنها نعمة طيبة من الناج وخطورة مباركة من حكومته اهتزت لها مشارق الشعوب الذي يرى بين مواطنيه مرضى عصدمون الحمى الراجمة كما كانت تخدمهم الأمس القريب الملاجئ . وقد رأفي أن هذه المفحة الكريمة قد وجدت صداتها في ميرة محمد على ، هذه المبرة السباق لملح المثير تسعى به ملل الناس كلما تخرب به الأمر أو تزرت بهم الكوارث . إننا أمام الفقر والجهل والمرض في كفاح ، ولكن كفاح يتجاوزي بين الحسين والحسين ، فليس يمكن لغير —

وسيداتها خاتمة — أن يقتصر  
الكتفاح على فئة من كرام الناس أو  
أغنيائهم ، وإنما يجب أن تعمد إليه  
لنصرة كلها لكتفاح هذه الأمراض

صوت من فلسطين

تردد اسم « بنت البيل » في قلعت أسائل الناس أخبارها ، وأنفس هنا وهناك وجودها حتى عثرت عليها وكأنني أعثر على كنز عين .

شافي أول الامر غلافها فوقت عنده وأنا لا أجرو على تقليل  
اصفهات خشية أن لا يتم مضمونها هذه البداية الرائعة ، فإذا بالرغبة  
دفعني من صفة إلى صفة ، وإذا باللذة تلح على فتشغلني من موضوع  
لي آخر ، وإذا بي أتهم الحبالة إلى آخر سطورها وقد مثلت إعجاباً  
أطلوها وأقول « الحمد لله » .

أو إذا كان لي أن أصف مجلسي بكلمة فانني أتفاضل عن كل ما فيها  
من مطابق وعن كل ما ينافي سبيلها من جهد وإتقان وعن كل ما تغويه  
من أدب بعد عن التكاثف ولسلية ترتفع عن الابتذال ، أتفاضل عن  
هذا كلام وأقول : إن محاولة التحقق الرفيع فيه أبعد من ذلك ، لأنها

وإذا هنأكم وزميلكم العالمية الفاضلة قاتماً أهئكم على هذه  
وبية الموقعة بالصحافة العربية عامه والنسائية منهاجها . ولاشككم ،  
أشكركم ، على ما تقدمونه للناس من متعة بل أشكركم بعنكم في  
سي هذه العزة التي أشعر بها حينما أقدم عملكم هذا لغريب وأنا  
لتفقة من قدرتني على تحديه بما عند بين قومي من دلائل الرق .

غیرة سلام الحالري

**جَلَانَابَهُ اِمْبَانَعَهُ اِرْبَيَهُ  
مَهْدَهُ اِدَلَهُ شَهْرَهُ سُوقَتَهُ  
صَاحِبَهُ اِرْبَيَهُ تَحْرِيرَهُ  
الدُّوْرَهُ دَرَيَهُ شِيقَهُ  
بَرْفَهُ عَلَى تَحْرِيرَهُ  
كَهْرَهُ اِبْرَاهِيمَهُ عَبْدَهُ  
دَاهَهُ اِنْسَاعَهُ اِبْنَهُ  
الْبَلَهُ . الْفَاقِهُ  
٤٩٦٣-٥٨٤٢**

لقد أحضرناك أربعين عاماً

الأكابر أعاد لطف السيد باشا —  
منتماً لنفوذة الحركة النسائية التي كانت  
قد حملت بعض خطوطاته إلى الأمام .

كل يوم غير يسجل للمرأة الصحفية  
مصلحةً ويعلن عنها غير إعلان ، وقد  
أنبت كفايتها ونفعها في المسائل  
الاجتماعية والأدبية وبرزت في التواهي  
العامية . وقد نجحت أخيراً المرأة في  
أندونيسيا في التواهي السياسية فتألفت  
لوزارة الأندونيسية الجديدة وكانت  
أحد أعضائها — كما أذاعت روتر —  
بيدة مسلمة هي الدكتورة أولينا  
تسوسو . وما من شك في أن تقد سيدة  
شرقية مثل هذا النصب الوزاري فوز  
عظيم لا المرأة الأندونيسية وحدها بل  
لناء الشرق جميعاً اللائي طالبن  
المساواة الثامة بينهن وبين الرجال .

لقد خدمت الدكتورة اولفاسترسو  
حركة الوطنية الأندونيسية والحركة  
النationale معاً منذ أكثر من خمس عشر  
سنة فبعد أن نالت الدكتوراه في  
الحقوق أست حزب « المرأة  
الأندونيسية » ونجحت بعد ذلك في جمع  
الجمعيات النationale المختلفة في جبهة عامة  
عرف « بجبهة المرأة الأندونيسية »  
أصبحت هي رئيساً لها.

لهرسانز عبد طه مسعود  
صدرها في تلك الأيام مديقاي الكبيعان أحد حافظ عوض بك والمرحوم محمد سعفون بك . وعلى مفهومات المبر هاجت الجامدين وتلقيت ضربات المهاجمين من علماء الدين والمتغرين . ثم أصدرت مجلة خاصة بكتابتها « الرعونة » نسبت إصدارها إلى مفلة من أهل رحمة الله .  
ثم وجدت من صدر « الجريدة » لرحب - وكان على رأسها أستاذنا

دیانتار علی طبیعتی

هي الدعوة إلى تحرير المرأة ولدت يوم انصر المرحوم فاسم أمين كتابه « تحرير المرأة » سنة ١٨٩٩ ، وتلقتها سنة ١٩٠٦ مقالة في السابعة من عمرها ، فاحضنتها وسهرت على تربيتها من ذلك التاريخ . وما عرف في تاريخ مصر أن مولوداً قوبل بضجة وهلع كما قوبل هذا المولود الذي أخذت ولادته الناس على غرة منهم . ولنأخذ صبح الناس وتولاتهم الجزع ؟ لأن رجلاً منهم قام يدعوا إلى تحرير المرأة من قيود الجهل ومنعها حفظها في الحياة وهو حق قرره لها الخالق فما كان مختلفون أن يسلبها إياه . ولكن المرأة كانت في قتلر القوم عذلوفاً ضعيفاً وكان كل ضعيف مهمضوم الحق في تلك الأيام . فما كان لأحد أن يطالب لها برد ذلك الحق المهمضوم :

وَمَا أَنَا الْيَوْمُ بِسَبِيلِ الْجَدَلِ حَوْلَ  
حَقِّ الْمَرْأَةِ وَمَكَانِهَا فِي الْحَيَاةِ فَذَلِكَ  
أَمْرٌ قَدْ أَخْذَ دُورَهُ وَأَمْبَعَتِ الْعُودَةَ  
إِلَيْهِ سَعْيًا أَنْزَهَ عَنِّهِ عَقُولُ أَبْنَاءِ هَذَا  
الزَّمَانِ ، إِنَّمَا أَنَا بِسَبِيلِ الذَّكْرِي  
وَإِبْرَاهِيمِ ذُمَّتِي مِنَ الْأَمَانَةِ الَّتِي حَلَّتْهَا  
نَفْسِي طَوَالِ هَذِهِ الْأَعْوَامِ الْأَرْبَعينِ .  
فَقَدْ شَبَّ الْمَوْلُودُ الصَّغِيرُ وَأَصْبَحَ إِنْسَانًا  
كَمَا يَلْقَى : إِلَيْهِ شَدَّدَ الْكَلَّا

نعم أذكّر أنت يوم تلقيت ذلك  
الوليد طفلاً في السابعة من عمره  
سعيت إلى تربيته حيث يربى أمثاله في  
مدرسة عامة تصل بينه وبين الناس  
فيوجه إليه الناقون سهامهم ويرد عنه  
المدافعون شر تلك السهام . فإذا كان  
صالحاً للحياة تكسرت الصال على  
جسمه الصلب فزاده صلابة وقوّة  
احتيال ، وإن كان غير صالح للحياة  
هذه تلك السهام إلى قلبه فأودت به

ببل من الطعام .

## وَاجْهُ الْأَمْنِ خَوَاجَيْلُ الْحَدَّاد

لغاية طرائف على إيمان

لقد ساهمت المرأة المصرية في كثير من الأعمال الاجتماعية لخير الإنسانية مما يذكر لها بالحمد والثناء، فشارطت في تثقيف الشعب وعاونت على مخالفة الأمراض وعملت على إغاثة التكوب والفتير والمحروم وإنما لعلها منها المزدید في تلك المادتين.

ولقد أثبتت المرأة كفاءتها في كل الميادين حتى ما كان منها مقصورة على الرجال . ولكن ميدانها كأم وربة بيت هو أهم الميادين التي يجب عليها أن تعي، بها أشد عناية .

ولا يخفى أبدا في أشد الحاجة إلى الأخلاق ولا شك أن الآباءون هم  
لذان يضعان الأساس الأول للأخلاق في ملائهما وأن الأم يقع علىها  
كثير العبء في ذلك .

وواجهنا ظاهرة إلى جيل جديد فيه خلق الأحرار لا خلق العبيد  
لكون الشجاعة التي لاحد لها والتفاني في خدمة الجماعة والتضحية في  
 سبيل الوطن من أهم صفاته وذلك لخاربة الظلم والفساد والرشوة  
 والمرش والفتور والطهارة :

فإذا ما وجد هذا الجيل تكون من أسعد شعوب العالم وأوفرها حظاً.  
فهي المرأة أن تعمل له من الآمن وليس لها أن تقول ليس في الإمكان  
بعد مما كان لأن ما هو متنفس فيها من أمراض اجتماعية واحتال زيادة  
نشارتها تثير لنا بأس في السكوت خطراً وأن أفضل علاج لهذه الحالة  
هو تناولها من الأدوية.

و الواقع أن الأم هي مدرسة الأخلاق التي يتلقن فيها الطفل مبادئه .  
لخلق . فقبل الرجال أن يعنوا بذلك المدرسة وعلى المدرسة أن تخرج  
أربالاً ونساء ذوي خلق قويم .

# الطاعة؟!

بِصَمْمِ الْأَصْدِ

من طريق ما فرأت عن المضرات  
أن أتني العناكب إذا فكرت في أكلة  
شيبة، فاعلماها إلا التحايل على افتراس  
الذكر والتهامه، بعد أن يطعن إليها  
من حيث الفرز والعاطفة...!!

كذلك أتني التعل لها خطرها بين  
الذكور، فهي تطير في دلال، وتنابق  
الذكور في الواقع بها، وإذا فاز بها  
أحد أبطالها، لا يليث أن يسقط فاقد  
الوى من عليه، كأنه صريع الشرف  
أو شديد الحب والواجب...!!

أما نواحي هذا الافتراض الفادر  
في إيات الحيوانات الأخرى، فظهور  
والتحدة بين الأرباب والكلاب وغيرها،  
التي لا تتردد إذا جاءت بعد الولادة،  
في افتراس صغارها واحداً لآخر...!!

هل ترى من ذلك، أن الآتونة  
معناماً الافتراض والإبتلاء! وهل هناك  
علاقة بين هذه الفرازير، وبين محاولة  
القضاء على شخصياتنا بابتلاء مبادئنا  
وهضم حقوقنا، التي قد تكون خطيرة  
في سبيل فنائنا... ولو معنواً...!!

قد يكون ذلك، ولكن ما لاريب  
فيه، أن ذكر الآدميين في نعمة  
محسدون علينا دون غيرهم من المخلوقات،  
وأكثر اطمئناناً في كتف إثنين وبين  
احسان زوجاتهم.

اللهم إلا تلك الشكيات الفردية  
من بعض الرجال، «كالمجنون» من  
العاملة، و«وجع الرأس» من التشرقة  
و«تقسيم العمر» من التصرفات  
أو «فصم الوسط» من المصروف.  
وهذه كما ترى عوامل بسيطة  
تافهة تهون على الزمن، مادعنا نحن في  
حاجن وعند حسن تقديرهن، وما  
دمنا نتعنم بالحياة وعأمن عن فنائنا...  
بقيض أرواحنا ثم افتراسنا...!!

للكسر ببريم عبد

بالتنهدات، وإذا غاب زلقاً من الليل كان  
الشك لل آخر الليل، وإذا عدا أنه  
ككل إنسان تروق له أتني بين الإناث  
عز عليهم أن يهوي قلبه من غير إذن!  
ولذا شاء أن يتزوج شاركاً في المقدمات  
وفقاً لم يعشورتها زواجاً...!!

لت أعني أن ذلك الذي ضربت  
له الأمثلة فاغدة في يومها، يدأني  
أزعم أنه قريب من القواعد والأصول  
حتى يكاد «بيت المصري» يصبح  
زواجه أطفلاً ونعمه شباباً وتحتني في  
كباراً...!!

هذا هو البيت الذي يدفعنا أحياناً  
لل فهو والخالة أو يدفعنا إلى ما هو  
شر من التهارات والخلافات، ويعمل  
حياتنا على شفا جرف لا يتحمل عصب  
الربيع أو هبوب النسم...!!

هذا هو بيته، فإذا شئنا له علاجاً  
فأي شيء يصعب «بيت الطاعة» فيه  
علاج، والزمن كفيل بالطلب لأعتقد  
الأدواء...!!

وتحت عن الرزق هنا وهناك شكت  
الوحدة واللبل ولصلبت إليه أن يكون  
فقط «بيت الطاعة»، وإذا لم تطر  
السباء ذهباً أو فضة بعد ذلك حكمت  
معارك الناس أو حاكم الشرع فيها بينما  
من خلاف؟! ورى الزوج عنه  
أحياناً «بيتاً للطاعة» يجب على الزوجة  
أن تعيش فيه إلى أن تموت، بالأسلوب  
الذي يراه وحده وبالطريقة التي يرسمها  
وحده وليس للشريك الآخر رأي فيها  
قرر من رأى، وكانت في مطلع القرن  
الماضي لا يزال الرق موجوداً ويعي  
الإناث مباحاً، فإذا ذكرت الزوجة  
لعلها أن لها فيها بري وغفر حق  
التعديل أو التهذيب آخرت الأرض  
أفعالها خصاماً وحكمت معارك الناس أو  
محاكم الشرع فيها بينما من خلاف؟!

اظفر إلى هنا الثابق «بيت  
الطاعة» إذا كان طالباً أو موظفاً  
مقياً مع أمه وأبيه، فهو في «بيت  
الطاعة» كثقباته الصغيرات،  
لا يزال في نظر والديه سليراً لم يكبر  
إبداً، حديثها «بيته عتاب»،  
وملاطفتها له تأييب، ورأيتها في  
برى أمر، إذا غادر بعد الأصل استقبل  
وق السينا التي شاهدها وفي المرح

هو البيت الذي تعيش فيه، صبة  
وعذاري أو شباباً وشياً...!!

البيت الذي تعيش فيه الآن بيت  
غير مقبول عندنا نحن أبناء هذا الجيل.  
لأنه لا يجاوب هذا الجيل في أي معنى  
من معنى الحياة، وطارائق الحكم فيه  
طريقاً عتيقاً بعضها موروث وبعضها  
ما توار عن التراثية السياسية في حين  
عاماً الماضية...!! هو أشبه «بيت  
الطاعة» في شرعة المسلمين، وبيت  
الطاعة يحدد له سداً من المطلق أو  
العقل، وإن كنت أعلم أن أول  
الأخرين على هذه الناطيق والمقول،  
أما «بيت الطاعة» الذي تعيش فيه الآن  
فأمره لا يحصل بالشرع بل يحصل  
بالظلم، الظلم الذي هو من شيم فوسنا  
كما جاز لنا أن نحكم أو يسند إلينا أمر  
من الأمور...!!

اظفر في كل بيت تجد هذه المساء  
الصغريرة أسرع ما تكون إلى قوله أي  
طارق زوجاً لها مما تكن هناك من  
فروع في السن أو العقلية، ذلك لأنها  
تريد أن تخرج من «بيت الطاعة»  
الذي ينشئها في الكتاب الذي تقرأه  
وق السينا التي شاهدها وفي المرح  
التي تشغى إليه وفي الأزياء التي  
تنتفها وفي الصديقات اللاتي يزورنه،  
ويكاد ينشئها في حركات الشقيق  
والزفير وبشاركتها أحلامها في الليل  
وينقضها في التهار؟! إنها تقبل أي  
زوج يراه أهلها ولا تقيم وزناً لقلبها  
أو عقلها، وتعيش مدى الحياة بلا  
قلب أو عقل، فقد ذهب بعقلها  
وقلبها «بيت الطاعة»، وكل بيت  
سواء مقبول وكل ضمير بعيد عنه  
هادي سعيد!

اظفر إلى معظم يومها زوجات  
نساء وأزواج النساء، إما تحكم  
بهم الفreira أو يوسوس أمرهم الطمع،  
لقد أفسد الزوجة أحياناً أن زوجها في  
«بيت الطاعة»، يجب أن يعطيها من  
الوقت وترجى إليها من الدلال ما يعينك  
من وقت ودلال، فإذا أراد لها العادة

## خادمنا أضرحت...!

عدنا فلم نجد لها، وأبناؤنا زملاؤها أنها «ملفتة» لأن «الست»  
لم تشت راديو جديداً! وأن «الست» تعانها كثيراً على استعمالها  
أدوات تجميلها! وأن «الست» تلتقط نظرها إلى فاتينها الفصيرة  
التي تثير في خدم وبقالى الحي شعوراً وشجونة! .

لقد تأثر بيتهن ذهابها، لأنها مدبرة من بيت، مقيدة إلى شارع،  
حيث الفتنة والإغراء، وهي في الحق تبت الفتنة والإغراء، وقد قبل  
لأن الحكومة لا يعنيها المآذنات إذا تزلن إلى الشارع، وشوراعنا  
بعد آفة زاخرة بما يعيش المأذن «وبيط» الذات، ومن أيام  
وظائف الحكومات إنعاش خواطر الرعاعيا و «بسط» ذاتهم!!  
ترى لو اهتمت الحكومة بأداب الشارع وكانت خادمتنا تخرج إليه؟  
سؤال جوابه عسير، وهو سؤال يتعدد في جميع البيوت...  
(....)

# لويز البرسون ...

استطاعت هذه الممثلة الخفاء أن تختفي  
طريقها بالرغم من جميع العقبات ، فهو  
مليء جداً والمحرجون لا يرغبون  
إلا في ذوات الحجم الصغير ، وأبواه  
رجل غني من ملوك الترول في  
أمريكا وكان قد أدخلها الجامع  
علي أن تكون فيها بعد صدمة  
بعدة الصيت ، ولكنها في  
الجامعة مثلت وأبدعت في  
مسرح الجامعة منه  
روايات شكسبير ، و  
سنة ١٩٤٢ اندلعت  
من الجامعة  
هوليود رأس  
حيث يرى  
عمها في ،  
السينما



# ...كيف قضى يومها؟



وفي سنة ١٩٤٤ خرجت وراء العوار للترفيه عن الجنود الأمريكان .  
ولوز ألبريتون من هواة القبعات والروائح العطرية بالرغم من أنها لم  
تشاهد مرة تليس قبعة أو يحس أصداؤها  
أنها معطرة !! ومن ملابعها أنها تحصل الخروج  
للشارع إذا اشتد الضباب أو انهر المطر  
وخلال الطريق من الناس .

وها هي ذي ، بالرغم من ثرايها الفاحش  
والشغافها بالسينما ، تبدو لنا « سنت بيت » !؟

\* \* \*

هل رأى مثلاً لها هذا المثل ؟  
هل في وسعهن أن يقدن منه ؟  
لهم قادرات على ذلك لو أردن .



حَمْدُهُ فِي الْأَكْوَافِ

لكل من يجبن في مواطن يجب على الرجال أن يظهروا فيها بما عرف عن من شجاعة وإقدام .

ولا يغوتنا في هذا الميدان أن نذكر بذكرة بنت الأزور ، التي أسرت مرتين وبعنان النساء أثناء حرب المسلمين مع الروم ، فخرست النساء على التعلم من الأسر ، ولما لم يكن معهن سلاحاً اقتحمن أعدمة الحيوان وأوتادها وحاربوا ضد الروم ، تحت قيادة بنت الأزور إلى أن نجحن من الأسر . وبهذا انتهت البطولة الخاربة أسر آخرها في الحرب ، فتسلكت في ذي فارس وامتنعت جوادها مدججة بسلامها واختفت صنوف الأعداء ، وقد نفثت بهم عدداً كبيراً ، معرضاً نصف الموت . وكان المسلمون ومعهم سيدة المسالك خالدة بن الوليد يرقبون بإعجاب ، معتقدرين أنها رجل ،



[ أسد على ... ]

خرجت من المعركة ورعبها يقطر  
فالتفوا حولها ، ولما عرفوا أنها فت  
اشتعل حاسفهم وتقدموا في شه  
حتى فكوا أسر أخنيا .

وكثيراً ما فاجمت المرأة المسنة بأدو  
خليفة في المروء ، وساعد  
فصالحها وبلاعتها على الاستطلاع به  
الأدوار . فطالما أهابت النفوس  
وأشعلت التورات ، وهزت المنازع  
كل ذلك ببعض كلام . ولله در الزر  
بت عدى عند ما ركبت جلها الـ  
وطلاقت تحخط يوم صفين ، وتقد  
عيارتها الخالدة « لا إن خضاب الر  
الخاء ، وخضاب الرجل الدعاء »  
لم تختصر المرأة المسنة على مألفاته

لله كر علی ابراهیم من

بل إن متهن من حمل السلاح وحارب  
للجانب الرجال : فإنه لما دارت الدائرة  
على المسلمين في موقعة أحد وكاد الكفار  
بنالون الرسول ، استلت نبية بنت  
كمب سينها ، واشتركت مع الصعابة  
في حياة النبي ، فاذفة بنفسها في صفوف  
الأعداء ، فأصيبت بغير وح عديدة  
أسالت دماءها . ولكن حاستها لم  
تفتر في الدفاع ، حتى لند قال الرسول  
عليه السلام : « ما الثفت علينا أو  
شمالاً ، إلا رأيتها تقاتل دوني » .



[...] أم المؤمنين في « يوم الجل »

رفع الإسلام من شأن المرأة وأسبغ عليها الكثير من نعمة: فسوى بينها وبين الرجل في الدنيا والآخرة، ومنع وأد البنات، وأعطتها حقاً في اليراث، ونس على حسن معاملة الرجل لزوجه. وكان الرسول عليه السلام يقول دائماً «استوموا بالنساء خيراً»

ليس غريباً إذن ، وقد لاقت المرأة في  
ظل الإسلام كل هذه الرعاية ، أن  
تجاهد من أجل هذا الدين وتقوم في  
سبيل حياته ونشره والدعية له —  
بدور خطير خلده لها التاريخ .

بالصبر والرضا ، حتى لقى كل كان النساء  
أثبات قلباً وأقوى جأشاً من الرجال ،  
فإن سمية بنت خياط أخرجها الكفار  
وكان النساء في الإسلام يرافقن  
الرجال على المسنان فيخدمن الجندي ،  
ويقمن عواسقاً بالمرضي ومداواة المرضى



[سكينة بنت الحسين تجلس حكماً بين الشعراء]

وليس غريباً بعد هذا كله أن تصل  
كبيرة الدر ، أو عن طريق الخليفة  
النماء في الإسلام إلى أعلى الدرجات :  
كما كانت تفعل الخيزران في عهد ابنها  
فلكن يقين أحياناً بأيديهين على الملك  
الهادى ، وزديدة في عهد زوجها  
وبدبرن شلونه ، إما عن طريق مباشر  
هارون الرشيد .



الشادية الموهوبة « صباح » بطلة فيلم « سر أبي »

أثناء مد يدها لتلقي إحدى الضربات  
عن زوجها . ومع ذلك ظلت تدافع  
عنه حتى قتل ، فأرسلت قبضه وأصابها  
برسالة إلى أهل الشام تحضهم بها على  
الانتقام من قتلة عثمان .  
وامتد وفاة المرأة المسنة لزوجها  
إلى ما بعد موته . فقد خطب الرسول  
عليه السلام أرملاً ، فاعتذر عن هذا  
الشرف العظيم يائياً وعدت زوجها  
الآن تزوج من بعده . وكثيرات من  
الأرامل الجيلات اللاحقة كثروا طلبهن  
ومن عرفن بحربة الرأى السيدة  
أم الحسن ، فقد قال لها معاوية بن أبي سفيان  
كن يشوهن خلقهن ، حتى لا يتزوجن



[نائلة مقطعة الأسابيع وهي زوجها عثمان بن عفان]

سرة : « إنك ما أردت إلا قتلي » .  
فردت بكل شجاعة : « وآلة مابسوءة في  
يابن هند أنت يجرى أفق ذلك » .  
أما بكارة الملالية فقد استدعاها معاوية  
وكان في مجلسه بعض أصحابه من زعماء  
 المسلمين ، أمشال عمرو بن العاص  
وسروان بن الحكم ، فظل كل من  
هؤلاء يذكر بكارة بمعاودتها لمعاوية ،  
أما هي فلم ترد عليهم وإنما اتفقت إلى  
الخليفة وقالت : « نبعثن كلايك يا أمير  
 المؤمنين » .

وكان وفاة الزوجة لزوجها في  
الإسلام مضرب الأمثال ، ولعل أروع  
صورة لذلك هي نائلة زوجة عثمان  
بن عفان . فقد دخل الثائرون بسيوفهم  
على زوجها ، فألفت نفسها عليه  
لتصيبه من الموت ، إلا أن القتلة  
صوبوا عثمان ضربات أطارت أصحابها  
جريحاً والقرزدق .

# لتثنين في قفص الاتهام

## للسر صفي الدين

وفاة العيون من الصيف  
للكثير براهم عبود

تكلمنا في مرة سابقة عن طرق مكافحة الرمد الصيدى فى الأطفال عند الولادة، أما اليوم فنتكلّم عن طرق مكافحته على العموم.

يكثر التدابير دائمًا في أشهر الصيف وتشتد الحرارة فتكتثر الأمراض والأختلالات العيونية. وفي الحقيقة إنه من الصعوبة إعکان أن نخالق مكافحة الرمد الصيدى ولا زالت الحالة الصحية في كثير من أحياء العاصمة متاخرة إلى هذا الحد البعيد، ولذلك تجد أنه رغم كل جهد ومحاولة لابطاع الرمد لا عن إهالك من الوالدين ولكن لسوء الحالة الصحية في البلاد جميعاً.

وأول خطوة للوقاية هي من التدابير سواء بإيادة القمامات أو وضع شبك على النوافذ أو رش الماسحات الخفيفة في المنازل. وإنني أعتقد أنه إذا قضينا على التدابير ضمناً عدم انتشار الرمد بهذه النسبة المروعة.

وأنهن أنه من المعلوم أن الأطفال قبل بطيئتها إلى الفنادق فيلمون في كل ما يقع تحت أيديهم، ولذلك يجب على الأم العناية التامة بخيال العينين صفات متعددة في اليوم الواحد بالماه القاتر والصابون مع الاحتراس التام حتى لا يتسرّب الصابون إلى المائدة فيليها.

١ - وضعوه في قفص الاتهام دون حراسة أو أغلال. فهو سليم هزيل برى أسباب الاتهام مصوّبة نحوه فلا يعلم إلا أن ينظر إلى السماء مستبعداً وهو يقول: رب ما في بري، مما هي إلى ينسبون! فجازم بالجزاء الذي يستحقون! لقد ضربوني ودوخوني وقالوا لاني سبب كل داء، واعتبراداً على هذا تجاهلوا الطب والدواء. حتى إذا وقعت الواقعه واستند البلا، صاحوا وتعالى صراخهم في المفواه، قائلين سنة ملعونة ليتها ما كانت ولكن ما كذا الله شاء! يجذدون في اتهامي العزاء كل العزاء، ويخفون وراءه جهل الأدعية.

٢ - مهلا يا صاحبى فإني آخذ يدك! لقد طنك حصن الأمان بغيروا إليك مكبرين مهلاين. إنك لم تدع شيئاً ولم تحاول أن تتزعزع من عالم الجرائم قوة الفتوك والهلاك. إنك متواضع صامت لم تقل يوماً إن ملاك الموت المخذل منك مساعدًا وساعدًا، أو إنك سلطوت على عالم الجرائم في حالة نهاره أو غارة ليله وانتزعتم بعض أساليبه في الشدوخ والتقطيل لطبقتها بطرقتك الحاسة في غفلة من بين الإنسان. كلًا! إنك لم تقل هذا أبداً والله على ذلك شهيد!

٣ - لماذا لا تصبح في وجه متهميك قاتلاً إنك حادث عرضي في طريق ملغم بالأشواك. تمو وتردهر في سكون لبرز أخيراً خلال الليلة، بينما حولك عالم كله صخب وضجيج، وجسم لسان بكل ما فيه من ملتويات ومتعرجات ومنحنيات، ما أسهل ما يغفل توازنه لأوهي سبب، فيصاب الطفل حيناً بالحى نتيجة عدوى جرثومية أو قد يضطرب منه الجهاز

## الرسالة الصيفي

للزائر نور الدين طران

أو «كوليرا الأطفال» أو «العزلة العوية الحادة التسمية» وكلاها أسماء تطلق على نوع من أقسى أنواع أمراض الأطفال يمتاز بالـ الشديد المصوب بالإسهال الشديد وقد يصاحبه هبوط حاد وجفاف كبيراً ما يقضيان على حياة الطفل في أقل من ٤٤ ساعة.

وتكتسب موجات هذا المرض الأطفال مع موجات الحر ولذلك سمي هذا المرض بالإسهال الصيفي، فقد يجيء يوم واحد شديد الحرارة فايقاد بعض حتى تقتل، عيادات أطباء الأطفال بهؤلاء المرضى الصغار المساكين وقد علا الشعوب وجوجههم وغارت عيونهم وعلتها غشاوة.

والإسهال الصيفي مرئى لم يصل الطبع بعد إلى تحديد أسبابه على وجه التدقيق ولا على رسم علاج حاسم له بالرغم من كثرة البحوث والدراسات التي دارت حوله، ولكن بعض الحقائق المعروفة حوله تتلخص فيما يلى:

١ - أكثر ما يصاب به الأطفال بين سن الأربعين شهور إلى العام الأول من العمر.

٢ - أكثر انتشاراً بين الأطفال الذين يتقدرون تقديرية صناعية من الذين يتقدرون من ثدي الأم. ففي مائة طفل مرئى وجد أحد الباختين أن أربعين منهم فقط كانوا يتناولون غذاء من

# هنا يبدأ روتين الجمال....

• لا شك أن الأسنان البيضاء تكتب ابتسامتك فتنة واغراء .. فاعمدى للتنظيف أسنانك في الصباح واللقاء ، ولا تدعى فضلات الطعام تعلق بثدياتها . أزيلها حتى لا تحمل ذلك ذراً واحدة ككريهة مقرفة .  
الجمال روين خاص اتبعه بدقة إن أردت أن تكوني ساحرة فاتنة .

\*\*\*

• لا شيء يحسن البشرة أكثر من تنظافتها . اغسل وجهك يومياً بالماء الدافئ والصابون النقي ، وأحمدى للإذالة ما يعلق عسامه من أثرية بعثرة صغيرة ناعمة ... واطبى على ذلك تصريحين ذات بشرة ناعمة فاتنة .

\*\*\*

• إن ترك الأكلادورات عبيدة وراء أظافرك يضر بصحنك ويقصد منظر يديك وجهها .. ظافر أظافرك يومياً بالفرشاة والماء الساخن والصابون ، ولا تضمن عليها الأكلادور إلا بعد التأكد من تنظافتها .

\*\*\*

• وبعد جفاف الأكلادور .. امسحي أظافرك المققولة بفرشاة مبلطة ناعمة .. فذلك يزيد في لعومتها ويكسبها جرقاً فساناً .



# دھنائی دین الجمال....

■ ولا تدعى الفرش يعلو يديك .. بل اعمل لها مساجاً يومياً .. وادهنيها باستمار ..  
بكرم منعش يزيد في نعومتها ..

\*\*\*

■ لا شيء يهدى الأعصاب أكثر من النوم .. ادهي لمل الفراش مبكرة وفي  
مواعيد منتظمة .. واحذر كل المخدر من المسرير .. فهو يتلف البصرة ويضر بالصحة ..

\*\*\*

■ ولا يفوتك قبل النوم أن تغسل  
شعرك بفرشاة خشنة .. فذلك يزيل  
القشر وبعد حبوب بصيلات الشعر  
ويخلصها ..

\*\*\*

■ ألق بجسمك في الفراش ..  
وتاول كوباً من عصير الفاكهة  
اللثمن .. واقرأ أي بعض القصص  
الليلة إلى أن يداعب النوم  
أيقانك ..

آلات وقد انتهيت من  
روتين جمالك .. نامي نوماً  
هادئاً وسبعين الصباح  
عن جمالك المشرق الوضاء ..



بسرّك... هل بها سرّ؟

# نظف ملابسك... الجوهرات

عرضت بعض رسومات الجوهرات الجديدة في أحد المعارض بلندن منذ بضعة أيام . وينتظر أن تعرّض الجوهرات نفسها في الأسواق قريباً جداً . واستخدمت جميع أنواع الأحجار الكريمة في العالم في وضع الرسومات الجديدة بما في ذلك الماس الذي جن به من أفريجها والياقوت من بورما والزفير من الهند وسيلان وأحجار عين الهر من أستراليا . وقد استخدم الذهب في صناعة هذه الحلّ وطلّ بالأحمر والأصفر والأخضر والترمزي والأبيض كما استخدم معه البلدين أيضاً .

...

وقد ركز القانون وواضعو رسومات الجوهرات من البريطانيين كلّ همهم لإنتاج جوهرات جيّدة ، وعلى الأخص الأفراط والأسوار والديابس . ومن بين المروضات أيضاً رسم لسوار صنع من البلدين وعثوى على أكثر من ألف ماسة ، وقدر غنمه ببضعة آلاف من الجنيهات وبعد أكثر المروضات قيمة .

كما عرض أيضاً رسم لفراط وآخر لبروش يصنّع من البلدين والذهب الأصفر والأخر ، وبخليان بالياقوت والماس . ورسم «طير الجنة» وهو عبارة عن طائر مصنوع من الذهب الفرمزي وريشه مرصع بالماس والياقوت والزمرد يقف على زهرة مصنوعة من الذهب وفي وسطها أحجار ياقوت .

...

هذه الجوهرات التي شرحنا قصتها وذكرنا بعض التفاصيل عنها كانت ولا تزال محظوظة أنفاس السيدات ، ونعن نرجو أن تعمد فارثاتنا مثلها .

**الحريرية البيضاء** : أقيمتها في البنّ ثم غلبتها جيداً بالماء الدافئ والصابون وأحرى على أن يكون محلول الزهرة خفيفاً ومتبايناً .

**الحريرية الملوونة والساارة** : مطلقاً في الماء حتى لا تتحلل مساماتها . أغلبها مباشرة بالماء البارد والصابون واعطتها غامق وملح واعصرها بخفة وانشرتها في الطفل .

**الفهلنبل** : أقيمتها جيداً في ماء وذلك لمدة خمس ساعات . . . أغلبها بعد ذلك يغدو بارداً . . . واعصرها بخفة حتى لا تفقد ملمسها وتتشنج .

**التربيكو** : ضعي في الماء الدافئ قليلاً اللوكس . . . وضعي الملابس فيها عبرد حدوث رغاوي . . . ولا تغسلها يدك بل اكتفي بغيير المياه من حين لآخر حتى يتم تنظيفها . . . ولا تنشرتها كسائر الملابس بل أعمدي للفرد على منشفة جافة حتى تخذ التورمة الطلوبية .

**الصوفية** : أزيل ما بها من بقع بفرشاة جافة . . . أغلبها يغدو دافئاً وصابوناً ثم اشطفيها بماء في قليل من روح الشادر . . .

لابدّ بآية سيدة أن ترك ملابسها متسخة يحاولاها العرق والأبرية . . . ولا بدّ من أن تصل على تنظيفها من حين إلى آخر . ومن الواضح أن تنظيف الملابس يحتاج إلى فن ودرأة . . . إذ مختلف طرقه وأساليبه باختلاف أنواع الأقمشة وأنواعها . . . وللقراء بعض الإرشادات الفنية في هذا الباب .

**اللاصبريه** : أغسل القستان جيداً ثم أقمبه مدة في ماء وملح حتى لا يختلط الألوان وفسد ظاهره . . . عند شطفه ضعي قليلاً من الخل في الماء . . . ثم علقيه في الطفل وفي مكان فيسبح حتى يجف بسرعة .

**القوال** : أغسل القستان بماء دافئ ذلك باء في نقطتان من الخل . . . ثم اعصره بخفة . . . واسكوه وهو مندي . . .

**الراتبيل** : أحضرى قطعة من القاش على منشفة جافة حتى تخذ التورمة الطلوبية . . . أعيدي تنظيفها بقطعة من القاش مبللة بالكؤول الخفيف ومرى عليها يدك في خفة حتى لا تتمزق . . .

**الساتانه** : لا تغسلها مطلقاً بالماء تغسلها بخلول من الكؤول والماء بنسبة ٥٪ . . . ولا بدّ من قلبها على القلّه عند كيدها . . .

لداعي القلق والانزعاج لأنّ البثور تبدو على وجه كلّ إنسان في دور الشباب، دور النمو والتكميل الجنسي .

وظهورها على الوجه شيء طبيعى جداً وهو ناتج عن تطور في نظام المعدة التي تنتشر على وجهه وصدره وظهر كلّ إنسان . . . هذه الفدود تنشط في فترة الشباب وتغزو بفرازه المواد الدهنية التي تجتمع على سام بشرة الوجه فتسدها وتكون مائسية بالبشر . .

ولا تستطيع الفتاة أن تمنع ظهور البثور في وجهها ، ولكن في استطاعتتها أن تعمل على إزالتها وإندثارها إن أخذت بنصائح وإرشادات بعض المختصات في مجال البشرة .

وتخلص هذه النصائح في تنظيف البشرة جيداً بالماء الدافئ والصابون حتى لا تراكم المواد الدهنية على السام . وفي استطاعته كل امرأة أن تدبّ المواد الدهنية المتجمدة على سام وجهها إن هي وضعت وجهها فوق إناء به ماء مقلّ وواثبته على ذلك عدة أسابيع ، إذ أن غبار الماء يتخلل السام ويدبّ بغيراته المواد الدهنية التي تعيش سليمة . . . وعلى الفتاة أن تتبع في وجباتها طعاماً خاصاً (ربما) يساعد على إلقاء المواد الزيتية والدهنية التي تتصبّل الأنسجة . . . فإن توافرت المواد الدهنية والزيتية في تركيبها ، فعليها ألا تتناول الأغذية الدسمة كالبيض واللبن والشوكولاتة والجلين والشدة والزبد . . . وعلى السيدة أن تغير الأطعمة المقذبة التي تكتب باسم حياة ومناعة وتعيد إلى البشرة

نضارتها ، مثل الخضروات واللحوم الملوقة والقوال كالمطازجة وعصير العظام أو التواكه .



# عن أيّم نائم الأطفال؟

وما يساعد على توضيح هذه المعضلة البصرية للطفل هو أن تتيح له فرصة في التزل أو في الحضارة وربما الأطفال لزراعة الباتات وترية الحيوانات الآلية كالدواجن والأرانب والقطط والكلاب، ونعلمه كيف يزرع وبغي بالزرع ، وكيف يربت ماوى الحيوانات ويخذلها غذاءها ويشاهد كيفية توادها ورعايتها صغارها . إن هذه الوسيلة تحمل له سروراً



عن دائِي داخِل بطيء ، وكنت جاً وتعهد في الليل إلى استكشاف أغذيك حتى أصبحت قادرًا على المعيشة اسرار الطبيعة ، وتعرض أمامه المغامرات في هذا العالم فولدت .

## للسيده سمية فخرى

ومرحلة نفوجه ، عندما يسألسؤال . فإذا سأله من أين أتيت يا ماما؟ يقول : كنت بقدرة صفيرة في

الأم والأب وزهورها بالولود الجديد . فيتعجب وتأمل ويتباً وقلق ومحير حتى تهدى فطرته إلى أن يسألها : « من أين تأتي الأطفال؟ »

لعل ابنك أو أخيك الصغير أو أحد الأطفال المقربين إليك — لعلهم سألك « من أين تأتي الأطفال؟ » فهذا أحياناً قد تقول بعض الأمهات : إن طفل لم يسأل هذا السؤال وقت المهد ، إنه لا يفكر في هذه المسألة . وينبني الآباء هؤلاء الأمهات وألا يرببن عن هذه الحالة . فإن أغلبية الأطفال الأصحاء الطبيعيين يسألون هذا السؤال حوالي الرابعة من العمر . وليس معنى عدم سؤال الطفل هو عدم تفكيره في هذه المسألة ، بل معناه أن وطأة تفكيره وهو يواجهه عن هذه الأمور وخوفه من سؤالها قد عقدت لاته .

ولماذا يسأل الطفل هذا السؤال؟ إنها ليست نزعة الاستطلاع العلمي وحدها بل هي مرحلة بدروافع وجاذبية أخرى خاصة بصلة العائلة بوالديه . وعكن تفسير هذه النقطة ببساطة كالتالي : إن الطفل يحب أمه وأباً كل يوم جاً جاً ، كما أنه يشعر بأنهما يحبانه . ولكنه يلاحظ كذلك أن بينهما علاقة حبّة وبنفة لا يدرك



فا هو الأخرى بما أن نعمله؟ هل تكذب عليه فتقول إتنا عزنا عليه تحت شجرة؟ لو فعلنا ذلك لنجني بنقة الطفل فيما كرستين محبين له ، ولأمتحنا في نظره منافقين كاذبين ، ولأعطيه مثلاً شيئاً في الصدق الذي نحن عليه .



## واردات جديدة لحلات أورورادي بالـ عرافندى

حرائر من ليون ومن مصانع أجنبية أخرى  
تشكلة وافرة من مختلف الألوان

### فضيات فرنسيّة سُريرية

Christoffle	كريستوفل	Ouerlain	جرلان
Alfenide	الفيد	Grenoville	جرينوفي
Ercuis	إركوي	Lanvin	لانفان
Deschamps	ديشامب	Bourjois	بورجوا
Etc.	الخ .	Lanselle	لانسل
		D'Orsay	دورسي
		Coty	كوتى

### روائح فرنسيّة

تَبَقَّلُوا مَعْروضَنَا بِرَاجِهَاتِ سُورَنَا  
وَفِي صَالَةِ الْعَرْصَهِ السَّابِعَهِ لَنَا بِشَارِعِ فُرَادِ الْأَوْلَ

وأخيراً هل تحبّ أطفالنا إجازة بسيطة سادقة تقية؟ هذا بلا شك هو واجبنا كمربيين : أن نشرح للطفل الحقيقة بعبارات بسيطة مناسبة لعقيبه للأطفال . ويستدل على ذلك من فرج

كثيرها . وهو يتخيّلها تبعاً لعقليته . إنما يعرف أنه محروم منها ، وأنها بطرق غامضة عجيبة — تنتج

# كلمة... تنظر لحياتك رأصده في هذه المرافات

واحد أو في سجن واحد فهذا يبشر بزواج قريب .

— لا بد مني صديقتك تليس خاتماً أهداء إليك صديقاتك فقد نفدين حبه .

## الفورة

— العنكبوت يجلب الحظ . فإذا سقط عنكبوت من السقف يبشر بارت قريب .

— إذا شئت أن تصبحي متبرة فاظطري مللي قطعة من الفضة في يدك البسرى على ضوء القمر قبل أن يتكامل على أن تكرري هذه العملية مدة ثلاث أيام وكل قر جديده .

— كثرة النمل في المنزل يبشر بثروة مقبلة .

— إذا ارتحت الجفن الأيسر عند وجل فهذا ينذر بالخسارة في اللعب . أما إذا كان الجفن الأيمن فهو بشير الكسب . وعكس هذا المعنى صحيح عند المرأة .

## في المنزل

— لماذا جرحت أصابعك بابرة فلسوف تفوزين بقبيلة .

— إذا اشتكى عقدة حزامك فهذا دليل على أن حبيبك يفكرك فيك .

— سقوط المنس يبشر بغير .

— كسر الإبرة أثناء خياطة فستان يدل على أن صاحبته ستلهي إلى أن ييل .

## الكتف

— سقوط الخبرة تذكر بضر مستطير .

— دسم بعض الحروف بغرفة أوتوماتيكية على ورقه يجلب النحس .

— كسر رصاصة قلم ثلاث مرات متتابعة تذكر شجار .

— غزير ورقه من دفتر أو من كتاب بدون انتباه ينذر بهموم لا أول لها ولا آخر .

انفق الناس — ولا أدرى لماذا انفقوا — على أن يعتبروا رقم ١٣

نذر أبشر مستطير، وقد يرهن المرافات على أن هنا الاعتقاد ما هو إلا بعض

هراء، فقد ولد المؤلف للوسيق الشهير

ربتillard واجتر في سنة ١٨١٣ وعلى الرغم من ذلك فالشهرة واسعة

وكتب اسمه في سجل الموسيقيين الحالدين .

وقد انتخب الرئيس ولسن في الثالث عشر من شهر يناير لبرأس

جمهورية الولايات المتحدة ونالت بلاده على يديه خيراً عمياً . وإن الأسئلة

أمامنا كثيرة لدحض هذه المعتقدات التي لا توجد إلا في عقول أعتقد أنها غير طبيعية .

والآن هل أنت من هؤلاء؟ طبعاً لا... ولكن هذا لا يكفي . نحن نريد منك أن تكوني رسولاً لدى صديقاتك اللواتي يؤمنن بهذه المرافات فتعاولي ما استطعت معهن حتى يقعن عن هذه العادة التعجيمية .

وقد رأت « بنت النيل » لمجرد التسلية وقطع الوقت أن تقدم لقارئاتها بعضاً من هذه المرافات مرتبة بحسب موضوعها .

## الحب

إذاشئت أن تكوني معبودة زوجك غذى كوبا من الماء والطلق باسم زوجك

سبع عشرة مرة ثم تاوليه الكوب ليشربه . كرري هذه العملية خمس

مرات إذا أردت لتفنك نجاحاً على طول الخط . ولكن حذار أن يعلم زوجك بهذا السر .

— لا تدعني مللي ميعاد غرامي والبقاء معلقة . فالظرف يجلب المموع؟

— إذا وجدت ملعقتين في قباجن جميع الأزواج .

هل تعرفين الألوان التي تناسك؟ هل ترغبين حاجيك بشكل يهز

جمال طابعك؟ هل لك شخصية؟

هل تعلمين بالتدقيق لم ترسمين شفتيك على شكل معين بدلاً من شكل آخر؟

هل تستعينين إن شئت أن تجذبي من شكلك إذا غيرت تسمير عنك وملينة

ترننك؟ هل تعرفين كيف تحبي من أسرار الرغ والماء والسم؟

هل أنت دائمًا ممثلة الشعر على ما يرام؟

هل تعرفين كيف تحافظين على عيوبك سرًا؟

إذا أعجزك سؤال من هذه الأسئلة فعن على استعداد لإجابتك ...

بنوع من الكرم الجيد؟

هل تضعين مادة دهنية على أظافرك حتى لا تتصف؟

هل تتغنين أظافرك جيداً من الجلد الزائد؟

هل تزاينين الترتيبات التي تحفظ جمال يديك؟

هل تعزينين بقدميك لك لا يُؤلِّاك؟

هل في استطاعتك أن تخداري جرائد المرح بدلاً من الصدق الأيقيق؟

هل لون دهان أظافرك كاللون الآخر شفتيك؟

هل تزعجين الورز الزائد؟

إذا كان شعرك قصيراً فهل تزيدين شعر رقبتك؟

هل تعرفين كيف تخذلين عطرك؟

هل تعرفين كيف تخرين لون الساحيق التي تستعملينها لك توافق لون فستانك؟

هل تعمدين بودرتوك كلًا اقرب من ذلك . والعادة عندم أن ينس الولد الذي الأول لأكبر الأزواج سنًا ومن يليه لن يليه ، أما البنات فينسن إلى جميع الأزواج .

هل تعرفين أسنانك على طيب الأسنان مرة في السنة على الأقل؟

هل تتغنينها من بقايا الأطعمة المالة بها مرة كل ستة أشهر؟

هل لديك فرشة ناشفة تغرسين بها شعرك؟

هل تعرفين كيف تحافظين على نعومه ولينه؟

هل تعرفين كيف تحبي من أسرار الرغ والماء والسم؟

هل أنت دائمًا ممثلة الشعر على ما يرام؟

هل تعرفين كيف تحافظين على رخصة يديك بالرغم من أعمال التزل؟

هل تذكريين يديك كل مساء ب نوع من الكريم الجيد؟

هل تضعين مادة دهنية على أظافرك حتى لا تتصف؟

هل تتغنين أظافرك جيداً من الجلد الزائد؟

هل تزاينين الترتيبات التي تحفظ جمال يديك؟

هل تعزينين بقدميك لك لا يُؤلِّاك؟

هل في استطاعتك أن تخداري جرائد المرح بدلاً من الصدق الأيقيق؟

هل لون دهان أظافرك كاللون الآخر شفتيك؟

هل تزعجين الورز الزائد؟

إذا كان شعرك قصيراً فهل تزيدين شعر رقبتك؟

هل تعرفين كيف تخذلين عطرك؟

هل تعرفين كيف تخرين لون الساحيق التي تستعملينها لك توافق لون فستانك؟

هل تعمدين بودرتوك كلًا اقرب من ذلك . والعادة عندم أن ينس الولد الذي الأول لأكبر الأزواج سنًا ومن يليه لن يليه ، أما البنات فينسن إلى جميع الأزواج .

# أَنْذَارٌ ..

أنت سيدة بيت من غير شرك ، ولكن هناك أشياء يعفيك منها «السباك والمكوى والنجار» ولكلهم يتغاضون عنك مبالغ أنت في حاجة إليها لتفتك ولو لديك وزوجك ، فراجع معنا هذه الصور وقولي لنا رأيك ...



إذا سدت بالوعة حوض الفسق

استعمل بورات الصوديوم في الموسن والمسورة



إذا أردت عمل ثقب في السقف

ابعى الرسم المنثور أمامك .



إذا سالت الخففية

أنقل الحبس ثم فك صامولة الخففية بفتح إنجليزي . اززعى الجلدة وضعي جلدة جديدة .



لتزع العطالة من على الأثاث

يمحوز استعمال الصنفرة مباشرة أو المادة التي يستعملها «الأستورجي» أولاً .



إذا أردت تغيير عجلة كرسي

ازعن العجلة بالكمادة ، أما إذا كان الكرسي من المعدن فضعي العجلة الجديدة بدون السكادة .



إذا فقدت النظارة شكلها

ضعها في ماء ساخن ثنين ثم اخنقلي بلف على الأحاجي المثلثة لتصدي لها شكلها الأصل .



سد الشقوق التي تظهر في الأثاث

سدى الشقوق بشمع العمل مع صبغه إذا كان الأثاث داكنًا ثم اجحر الشقوق بالشمع .



لتطهير أحواض الفسق والبالوعات

اغسلها بمحاول كلورور البوتاسيوم المخفف

# ٠٠٠ سَتْ بَيْتَ



إذا كانت نافذتك تتبعك عند إغفالها  
ابردي الجزء الماكس قليلاً .



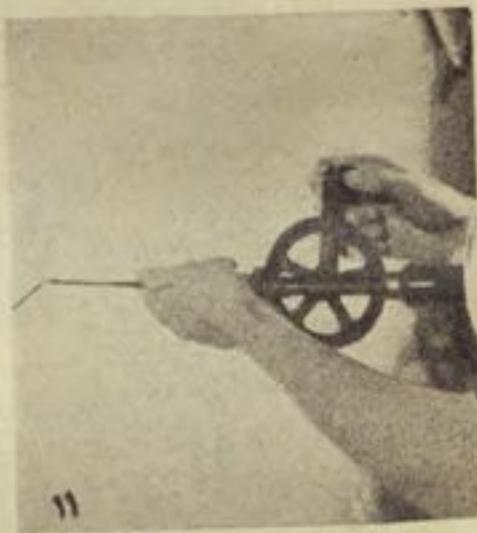
إذا ما اعترى مفاتيحك الصدا  
اتبعيها في مترين من البرول والزيت .



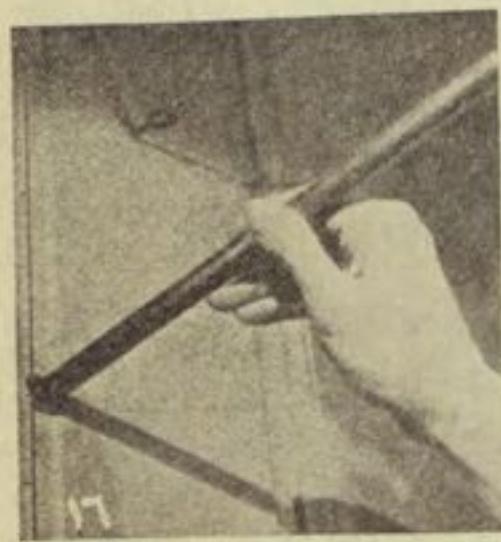
إذا كان الباب لا يقفل بسهولة  
شحمي القفل أو ابردي فتحة اللسان .



إذا كان الدرج لا ينزلق بسهولة  
ادعكي أجزاء الدرج بقطعة من الصابون .



لثبيت مسمار في الحائط  
استعمل الثقبة الخاصة كما هو موضع في الردم



لوضع قضيب من الخشب في دولاب الملابس  
أعدى مسندين . اتقني الأول تقبلاً مستديراً  
وحرزى الثاني ليُسند الطرف الآخر من القضيب .



إذا انفصل سلاح السكين عن مقابضه

٤٥٠ جراماً من الصمغ و١٤٠ من مسحوق  
الكريت و١٠ من الرمل . اعملائي بخوة المقابض



إذا كانت أنبوبة الماء (الماسورة) تسيل

اشترى مسنيكة وسخنها قليلاً . أقلل عجيس  
الماء ولهن الأنبوبة ثم ضع المسنيكة على الثقب .  
اترك المسنيكة غافلاً قليلاً حتى يبرد .

# بِلُوْنَاتٍ فِي لِبَانِ مُتَهَرِّقًا

لِرَاسَنَا:

تَأَكَدْ بِنَا وَسَوْلٌ ۱۲ أَلْفَ فَنَاءَ  
بِلُولِيَّةِ الْلَّبَانِ وَقَدْ تَفَرَّقَ فِي أَكْثَرِ  
الْفَرِيَّ السَّكِيرَةِ، وَهُنْ يَعْلَمُونَ جَاهَالَ  
لَامْبِلَ لَهُ وَأَكْتَرُهُنْ مِنْ ذَوَاتِ الشَّعْرِ  
الْأَشْقَرِ وَالْمَعْيُونِ الرَّزْفَاقِ، وَقَدْ أَتَيْتُ  
بِقَصْدِ الرَّوَاجِ فِي الْلَّبَانِ وَسُورِيَا وَلَهُ  
كُلْ فَنَاءَ مِيلَ أَرْبَعَةَ آلَافَ لِيَرَةَ سُورِيَّةَ  
تَقْدِيمَهَا بِائِشَةَ (دُوَّلَة) لِلْفَنِّ الَّذِي تَعْجَبُ  
بِهِ عَلَى أَنْ يَكُونَ حَاثِرَ الْمُنْرُوتِ الْآيَةِ:  
۱ - أَنْ يَكُونَ مُوْلَدَاقَ الدَّوَارِ  
الْحَكُومَةِ أَوْ مَالِكَا.

۲ - أَنْ يَقْنَعَ إِحْدَى الْفَتَيَّاتِ  
الْإِنْكَلِيزِيَّةِ أَوْ الْفَرَبِيَّةِ.  
۳ - أَنْ يَكُونَ جَنَاحَانَّا وَلَفِيفَ  
الْمَعْشَرِ.

وَتَمَ القَصُولُ الْبَدِيَّةُ بِالْفَنِصِيلَةِ  
بِلُولِيَّةِ بَيْرُوتِ.

هَذَا وَأَكْدَلَ أَحَدَ أَصْدَاقَيِ  
الْبَلُولِيَّينَ بِأَنَّ الْأَنْتَنِيَّ عَدْرَةَ أَلْفَ فَنَاءَ  
لِسَنِ سَوَى دَفْعَةِ أَوَّلِيَّ وَأَنَّ هَنَاكَ الْوَفَا  
كَنْتِيَّةَ فِي مَطْرِفِهَا لِلْسُورِيَا وَلِبَانِ  
وَسِيَّاهِيَّنِ بِاسْمِ مَاعِدَةِ مَنْكُوبِ الْحَربِ  
وَأَكْدَلَ بَعْضَ الشَّابِّيَّ السُورِيَّينَ بِأَنَّهُمْ  
عَلَى اسْمَادَ لِاسْتِقْبَالِ الضَّيَقاتِ  
الْكَرِيَّاتِ!

وَقَدْ كَانَ هَذَا النَّيَّاضُ كَبِيرَةَ  
فِي الْأَوْسَاطِ النَّسَائِيَّةِ لِأَنَّ مَسْؤُلَاهُ  
بِلُولِيَّاتِيَّا خَذَنَ زَهْرَةَ شَابِّيَّ الْلَّادِ

## غَلَ الْبَرِيعَ

الْسَّابِيونَ الْجَيدَ نَادَرَ وَغَالَ الْمَنِّ.  
وَلَكَ لَا تَدُوبَ قَطْعَةَ السَّابِيونَ بِسَرْعَةِ  
أَدْعَكِ يَدِيكِ بِهَا وَهِيَ جَاقَةُ مُ بَالِيَّهِمَا  
بِالْمَاءِ السَّاخِنِ وَأَغْسِلِيهَا جَيْدًا. ظَلَّ  
أَظَافِرُكَ بِفَرْشَةَ خَشَنَةَ، اشْتَعَلَ  
يَدِيكَ بِالْمَاءِ ثُمَّ تَشْقِيمَهَا بِغَوْلَةِ جَاقَةِ  
بَحِيتَ لَا تَتَرَكِي أَيْ أَنْرَالَعَاءَ، دَلَكِيهِمَا  
بَعْدَ ذَلِكَ بِنَطْلَةِ مِنَ الْجَلِيسِرِينَ. وَلَذَا  
كَانَ أَظَافِرُكَ تَتَقَصَّفُ بِسَرْعَةِ ادْهِنَيَا  
بِصَبَغَةِ الْبَرِيعِ فِيهِ تَقْوِيَّهَا وَتَعْدِيَهَا إِلَى  
حَالَتِهَا الطَّبِيعِيَّةِ.

## صَرِيبَةُ الْفَسَادِ

يُوجَدُ فِي أَمْرِيَّكَا مَدِينَةَ تَسِيِّ  
دَكَاتُورَ بَحْرَجَ سُكَانُهَا أَلْفَ وَخَمْسَانَةَ  
شَسَنَ قَدْ نَابَ فِيهَا النَّسَاءُ عَنِ الرَّجُلِ  
فِي جَيْعَ الْأَعْمَالِ، فَرِئِيسُ بَلْدِيَّهَا  
وَأَعْصَاءُهُ بَلْهَا وَجِيعُ مَأْمُورِيَّ  
حُكْمِهَا نَسْوَةٌ، وَالْأَغْرِبُ مِنْ ذَلِكَ  
أَنَّ رَابِبَ الْكَيْبِيَّةِ وَجِيعَ مِنْ فِيهَا  
مِنَ الشَّهَادَةِ لَاءَ، فَإِذَا طَلَّتِ فِي تِلْكَ  
الْمَدِينَةِ تَرَى الْأَخْفَافِ الْعَوْمَيَّةِ كَلَّا لَوْسَةَ  
تَطِيبَ بِرَوْقِهَا النَّثُوَةَ، أَمَّا الرَّجُالُ فَانِ  
وَطِيقُهُمْ خَدْمَةُ الْأَطْفَالِ وَتَدْبِيرُ التَّرَزِلِ.

## صَرِيبَةُ بَلْرَنَاءِ

تَوْجَدُ مَدِينَةٌ فِي إِقْلِيمِ مِنْفَوِيَا  
الْعَبِيَّةِ الْمُجاوِرَةِ لِسِيرِيَا يَقَالُ لَهَا  
مُوْتَكِنْ جَمِيعُ أَهْلِيَّهَا رِجَالٌ فَلَا يَوْجِدُ  
بَيْنَهُمْ اِمْرَأَةً وَاحِدَةً وَلَا يَسْمَعُ لِلْسِيَّدَاتِ  
مُوْجَدَةً مِنْ قَبْلِ وَهِيَ كَادِيَّةُ الْبَيْضِ

## بَارِيسُ الْمَرْكُزُ الْمُوْسِبِيُّ

### فِي فَصْلِ الصَّيْبِ

**لَوْتَرَالِ بَارِيسُ مَرْأَةُ النَّزُوفِ**  
كَلَّا غَلَتِ الْأَشْيَاءُ الَّتِي تَصْنَعُهَا  
فَرِنَسَ زَادَ اهْتَامَهَا بِعَصْبَيْنِها. فَعَلَى  
أُثْرِ تَحرِيرِ الْبَلَادِ الْفَرَبِيَّةِ بَعْدَ  
سَقْنَ الْفَسْطَطِ وَالْإِكْرَامِ بِرَزَتِ  
الْمُبْتَكَرَاتِ الَّتِي يَسْتَهِنُ فِيهَا التَّوقُ  
الْبَارِيَّيِّ.

## الْفَبَعَاتُ الْفَسُورِيَّةُ فِي بَارِيسِ

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

## رَسْوَمَاتُ الْجَانِبِيِّ

أَقْمَ الرَّاسِمِ شَوارِيزِ فِي مَسْتَشِقِ  
سَاتِ آنَ ثَمَانِيَّةَ عَشَرَ شَهْرًا مِنْ عَهْدِ  
الْاِحْتَلَالِ الْأَلْآنِيِّ وَاسْطَاعَ فِي خَلَالِهَا  
أَنْ يَدُوسَ الْأَمْرَاضِ الْمُقْلِيَّةَ عَنِ كَثِيرٍ.  
وَفِي رَأْيِهِ أَنَّ لَا يَوْجِدُ أَيْ فَرْقَ بَيْنِ  
الْقَنَانِ الْطَّبِيعِيِّ الَّذِي يَتَكَبَّرُ وَالْمَرِيسِ  
بَعْلِهِ الَّذِي يَغْرِبُ عَمَلاً.

وَقَدْ نَظَمَ هَذَا الرَّاسِمَ مَعْرِضاً  
لِرَسْوَمَاتِ الْجَانِبِيِّ، وَإِنَّ الرَّأْيُ لِتَدْهِلَهُ  
الْزَّخَارِفُ الْدَّقِيقَةُ بِالْأَلْوَانِ السَّاطِعَةِ  
وَالْمَنَاظِرُ التَّبَلِيلِيَّةُ الَّتِي رَسَّهَا رَجُلُ اِخْتَلَ  
شَعُورَهُ، وَهُنَّاكَ رَسْوَمَاتُ عَنْ الْحَقِيقَةِ  
لَشَابٍ مِنْ نَزَلَاهُ مَسْتَشِقُ الْمَجَادِبِ تَوْقِ  
فِي التَّلَاهِيَّنِ مِنْ عَمْرَهُ، مِنْهَا وَجَهٌ لِأَمْرَأَةٍ  
أَجْبَطَ بِثَلَاثَةِ أَمْتَالِ بَالَّمَبِيو.

## أَطْارِبِيَّةُ النَّهِيْمِيِّ

فِي ۱۲ مَايُو الْقَبْلِ سَتَكُونُ فِي  
فَرِنَسَ كَادِيَّةَ جَدِيدَةَ لَمْ تَكُنْ  
مُوْجَدَةً مِنْ قَبْلِ وَهِيَ كَادِيَّةُ الْبَيْضِ

فِي ضَواحيِ بَارِيسِ عَلَى أَنْ تَنْتَعَ  
كَرَاسِ مَجَايَةِ لِتَقَابِلِ الْمَالِ فِي  
الْمَطَلَّةِ الْبَارِيَّيَّةِ.

**لَوْتَرَالِ بَارِيسُ مَرْأَةُ النَّزُوفِ**  
كَلَّا غَلَتِ الْأَشْيَاءُ الَّتِي تَصْنَعُهَا  
فَرِنَسَ زَادَ اهْتَامَهَا بِعَصْبَيْنِها. فَعَلَى  
أُثْرِ تَحرِيرِ الْبَلَادِ الْفَرَبِيَّةِ بَعْدَ  
سَقْنَ الْفَسْطَطِ وَالْإِكْرَامِ بِرَزَتِ  
الْمُبْتَكَرَاتِ الَّتِي يَسْتَهِنُ فِيهَا التَّوقُ  
الْبَارِيَّيِّ.

**الْفَبَعَاتُ الْفَسُورِيَّةُ فِي بَارِيسِ**  
عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْنَةِ، وَالْفَرَنْسِيْبُونَ يَقْوُمُونَ  
بِعَهْدَوْدَاتِ كَبِيرَةِ إِلَادَعَةِ الْمُوسِبِيَّ  
الْفَرَبِيَّةِ وَخَاصَّةً فِي تَنظِيمِ الْمَفَلَاتِ  
الْجَدِيدَةِ وَاسْعَةِ الْمَجْمَعِ.

عَادَتِ الْبَارِيَّيَّاتِ إِلَى لَبَسِ  
الْفَقِيْ

# الرجال حرون في «الساف»؟!

بادرة من الرجل أو الانصراب  
لاغراء وفتهن.... وهي التي عدتك  
عليها كل السيدات اللاتي غطين  
وجوههن بالسحوق.

ياك وباغة الشعر... ياك  
وتحبيب الأظافر بلون آخر يكون  
سارحاً في جرمه... ياك وقطيل  
المفون... ياك وتوبيس المواجب  
بالقلم بعد انتزاع شعرها بالمقاطع... فإن  
فقط فقدت إلى الأبد ذلك السحر  
الشارد الخامط الذي يومن كالبرق  
في رد البصر خائعاً، الذي سرعان ما  
يفر فهو لا يدوم ملويلاً.

دعى لغيرك تلك الأحذية الغريبة  
ذات الكعب الخشبية العالية والتي  
يطلق عليها بحق اسم «دبابة» فهي قيحة  
المطر متفرقة، وهل تيقن الديابات  
بالحساوات؟... تخبني كل ما يتصل  
اتجاهات الرى التي تتجاوز الفقد،  
وزرات «المودة» التي تسرف وتشتط،  
هذا يا آنسى ما يتبين أن تفعله كل  
فتاة لا زالت في مقتبل الشباب وتود أن  
تصير في أحد الأيام سيدة راقية، رقيقة  
الحس، صرفة الفوق.

## لمسات زعيم الفارساني

وكم تعيش العين حين تفارق منظر الوجه  
الصعب المكدوود رغم ما عليه من تزويق  
لتجل ملعة عيناك الموفق الفض الروطيب،  
واعلى جيداً أن المرأة الجميلة أو التي  
يقال إنها جميلة، لا تكون حفاجة جليلة  
إذا كانت تليجاً لاصناعة مهباً قل شأنها  
وخف أثرها... وأن كل الأدمعنة  
والأصبع لا تعطيها أبداً ذلك الحمّل  
الناعم الحريري، ذلك الأدم الرائق  
الصاف الذي لكن في سن العشرين...  
سوف تقوين : «ماذا... حق ولا  
قليل من الودرة؟...»... انتظري...  
انتظري أكثر ما يتبع لك الزمن...  
فإن لوجهك أجمل «بودرة» ممكّنة وهي  
التي يضفيها عليه التور والضوء، ويزهى  
لونها الهواء والشمس، وتحمل منها أي

السيدات اللاتي مفت بين السن وأصبح  
الزمن عدواً هن... فإذا كانت البدة  
بعد الثلاثين تحس بأن فشاره وجهها  
بدأت تذهب وتغيب، وأن لونه أخذ  
يشعب ويسهم، وأن الفضون في سيل  
الظهور، فينبع لها أن تلتف للدهان  
والمحوّق نعالج بهما الأمر وتعوض  
النفس.

كانت البدة عيداً لدى صاحبة الدار  
في مثلها قدمت إلى هنا العالم... كان  
المدعوات في أبواب مختلفة وكل ثوب  
مفاجأة تختزنها صاحبة هذه البدة،  
تتجمل به النساء وتصرخ الرجال...  
وكان يوجد بين الرجال من ثم ذوق مال  
أو جاء عريض، ومن ثم في السلطان  
أو أهل زلق عند السلطان وكان منهم  
من يغتنش عن شريكات في الحياة.

وتلاقيت النطرات وإذا بصاحبة الدار  
تحف لاستقبال فادمة جديدة، كانت  
قد اتصلت بها واستأذتها في اصطلاح  
ابيتها وكانت توأمين في سن الثامنة  
عصرة وقد وصلنا من الريف، ودخل  
الثلاثة وأخذن مكانهن... وكانت تلك  
هي المفاجأة... مفاجأة لم؟...  
لجميع...  
كان تجاح السهرة تاماً، ولكن

عماد هذا التجاح لم يسكن البيرج  
والزخرف الذي افتدت في إبرازه تلك  
السيدات المتألفات... ولا الأنوار  
الجبلية التي كانت تبالغ في إظهار مفاتن  
أجسادهن... ولا محل البراقة التي  
كانت تخطف أبصار من نوع أقطارهم  
عليهن... ولكن كأن فيها أصنفه  
الفنان الصغير تان الريفيان على الحفلة  
من سحر وما أسبنته عليهما من بشر...  
كان في مظهرهن البسيط الناجح الفاتن  
في غير صنة ولا تكلف... كان في  
عنوية سنهن وبشائرهن... كان في  
حمرة الرجل التي كانت تكتو ذيلك  
الوجين الشرقيين اللذين لم يعرقا بعد  
الأدمعنة والساخن... وأخيراً كان  
في عمالهن ولدهن لأنهن كن يجهلن  
مالهن من جمال ودلال.

وفي الواقع إن الفتاة في سن الثامنة  
عشرة أو العشرين لها سحر لا يدايه  
سحر إذا هي حافظت على مظهر شبابها  
وأنه لما يدعو للأسف حقاً أن هذه  
الحقيقة تقبّل عن الكثير من النساء،  
فينعدن كل شيء يحاولهن تقليل  
الظاهر... آه لو تعلمينكم يسرع النظر




**عزيز بولس**  
 هورد القصور الملكية  
 المعهد الوحيد لاجهزة  
 راديو أكو EKCO  
 الشهيرة موديلات ١٩٤٦  
 وافخم الات البیانو من  
 اعظم المارکات العالمية

الادارة : ٧٣ شارع ابرالعزم بامشنا  
 تليفون { ٥٦١١٤  
 ٤٣٧٩٩  
 ٥٦١١٥ }  
 صدر . ٢ شارع نصف بامشنا  
 ٥٦١١٦  
 الفروع { الأسكندرية . ٢٥ شارع فؤاد الأول . ٢٢٣٠٥

# الرَّهْبَانِيُّ

## اَصْفَاطِي بِسِيَاهٍ

تستطيعين أن تظاهرى غضة الشاب  
مشعرة المخا إن اعتنت بجمال بصرتك  
ونضارتها وعندت إلى تدليك بالكرات  
المنشأ التي تحملها فاتحة ناعمة وتريل  
ما يهم من حب وتعابيد ..  
والى البدلات أحدث الفرق لعمل  
مساج للوجه ..  
١ - أجلسى أمام مرآة كبيرة  
وأجمل كوعيك ترتكزان على منضدة  
عالية حتى تلسا وجهك وأنت معتدلة  
الرأس .

٢ - خذى قدرًا من الكولد  
كرم المنش ووزعه على سائر تقاطيع  
وجهك دون أن تغلى رقبتك .

٣ - حرکي يديك من أسفل  
الدقن إلى أعلى وكررى ذلك عدة مرات  
حتى تجذب هذه العضلات التراخية .  
٤ - قد تعلو التجاعيد خديك  
إن لم تزعيمها بالمساج .. حرکي أطراف  
أصابعك من جانب الأذن إلى مستوى  
العينين على هيئة نصف دائرة .. كررى  
ذلك خمس مرات .

٥ - وعكتك إزالة التجاعيد  
التراتكة حول جفونك إن عدت إلى  
عمل مساج من أسفلهما إلى طرق  
الجانبين . ثم كررى ذلك خمس مرات .  
٦ - ولا تدعى التجاعيد تعلو  
جيونك .. حاولى لزالتها عمل مساج  
يوجى بتحريك أصابعك من أسفل إلى  
أعلى مكررة ذلك عشر مرات .

٧ - وأشك هذا محتاج إلى  
تدليك .. أمسكه بين أصابعك ..  
واضغط علىه عدة مرات في فترات  
متتابعة ثم حرکي أصابعك من أسفل إلى  
أعلى عشرين مرة ..

٨ - ولا تنسى ذقنك فإنهما في  
حاجة إلى تدليك مناسب بحركة دائرة .

وقد قام الدكتور «ماكيل» بفتح  
في هولندا حيث ينتشر التدخين أكثر  
من أي مملكة أوروبية أخرى .. فوجد  
أن نسبة الملوى من سلطان المدة ضعفها  
في بلاد الإنجلترا .. وهي الأمة التالية  
لهولندا في غرامها بالتدخين .

وأظنك يا سيدتي ، بعد هذا الحديث  
الطويل .. قد آمنت أن السيجارة  
لا تستحق منك أن توضع بين شفتيك  
الجلبيتين .. وإنما هي جديرة بأن  
تتحقق بقدميك .. وأن تلطم حالاً  
عن هذه العادة الفسارة القبيحة .

وابلك سبع طرق تعينك على  
هذا :

١) الإرادة .

٢) إحلال عادة أخرى مكان  
التدخين .. كوضع قطع الحلوى في  
علبة السيجار نفسها .. وأخذ واحدة  
منها كلما عاودت الرغبة إلى التدخين .

٣) انقطع عن الطعام لمدة يومين  
لأنك على خلافها غير قادره الموس  
بكثرة في الوجبات الثلاث ؛ واشرب  
كيات وفيرة من الماء .

٤) اترك المائدة قبل أن تشبع  
لأن الإكثار من الطعام يدفعك إلى

التدخين .

٥) اغسل لسانك بالفرشاة أثناء  
تطهير أسنانك .

٦) استعمل مضمضة بعلول ترات  
الفضة .. بضع مرات يومياً ،  
فإن ذلك يجعل مطعم الدخان كريها لا يطاق

٧) باشرى تربينات النفس العميق  
في مسرى هواء عليل ، لمدة خمس  
دقائق كلما أحست الرغبة في التدخين  
فتجنبي يا سيدتي التدخين باتباعك

هذا الإرشادات .. واعلمي أنه خيبة  
 وأن الله سبحانه وتعالى قال في كتابه  
الحكيم « وحرمت عليكم الجائز » .

وصونى يا سيدتي جالك من أن  
تعتب به أثناس لقاقة من تبغ .. هي  
تهدم صحتك .. وتحرق مالك .

كان بالشيطان قد هتف بالمرأة يوماً  
أن التدخين مظهر من مظاهر الجمال ..  
وأن السيجارة بين أناملها فيها فضة ..  
وفيها إغراء .. فعمود التدخين ..  
وبلات إلية كادة تكل به جالها ..  
والجمال رسالة المرأة وهي تتأدب بشقى  
الوسائل لتحقيق رسالتها في الوجود ..  
ولكتها نيت أن التدخين معول  
يهدم الجمال .

وأود يا سيدتي أن تتفقني أن التجاعيد  
التي تلمس قيمات وجهك المليح وأنت في  
ميزة الصبا يرجع السبب فيها إلى التدخين .  
وأن اسفرار أسنانك — وهي لآل  
جالك — وتسوسها ، وأمراضاً أخرى  
كثيرة ، هي نتيجة السموم التي تهدىها  
إليك السيجارة .. ولبس هذه السموم  
قليلاً عددها .. فهي تسمع عمر سماً ..  
ومن بينها « التورفورال » الذي لم  
يكتشف له العلم الحديث إلى الآن تراثاً .  
وبسبب الالتهابات المستمرة الناتجة  
عن امتصاص هذه السموم تحدث  
تغيرات مرئية واستعمالات متعددة في  
أنسجة الجسم .. وفي غدد الإفرازية ..  
ثم تصيب نسيج الغراني .. ويتبع ذلك  
تضاعفة القلب لجهوده حتى يعطيه أن  
يدفع الدم إلى هذه الغراني المتصلبة ..  
 مما يتسبب عنه سرعة النبض ، والاختناق  
القلبي ، الذي تصاين به يا سيدتي عندما  
تمتنع التدخين . وليس قلبك وحده  
هدفاً لسيهام التدخين الثالثة الطائفة ..  
ولإنما الكبد ، والكللي ، والمعدة ،  
والرئة ، والأعصاب ، والبصر ،  
والأسنان ، كلها من ضحايا أيضاً .

والتدخين كثيراً ما يسبب ذبحة  
صدرية تظهر عند المدخنات ما بين سن  
الخامسة والأربعين والخامسة والخمسين ..  
كما يسبب أيضاً الإمساك ، والصداع ،

## بَنْتُ النَّيلِ

شَنَّهَا حَسَنَةُ قَرْوَشِ

اَشْتَرَكَهَا بِالْفَطَرِ الْمُصْدَرِ ٦٠٠ زَلْزَلٌ

فَازْرَقَهَا اَتْسَفَيْةٌ ٨٠٠

فِي الْمَاجِ ٦٠٠

وَلَعْدَهَا نَاتٌ يَسْرُعُ عَلَيْهَا مَعَ اَرْوَاهِهِ

الْمَعَادِلَةِ لِلَّازِرِ بِسَوَادِنَسَرِ اَوْلَمَنَزَرِ

وَسَرَارَةٌ ١٣٤١ اَسَاعِ اَنْتَلْبَعِ

اَوْهَرِ النَّيلِ ، الْفَالَّفَرَةِ

٢٩٦٦٨ - ٥٨٢٦٢

# سلطة الجمال

\* سلطة الجمال \* تُخْنَوْي عَلَى جَرْز وَخَس وَخِيَار . . . وَخُوخ وَمُوز وَرِنَال مَلَى عَبْر ذَلِك  
مِن الْفَاكِهَة وَالْحَضْرَوَات الَّتِي تَقِيدُ الْبَشَرَة وَتُخْسِنَهَا . . . وَقَبْلَ وَضْع هَذِهِ السَّلَطَة عَلَى وَجْهِك  
يَعْمَلُ مَكَدَاتٌ سَاخِنَةٌ عَلَيْهِ حَتَّى تَنْفَعْ سَام بَشْرَتَك وَبِسَرِّي يَنْتَابُهَا العَصِيرُ الْقَيْدُ الْمُنْعَشُ . . . وَلَذِكْ  
الْفَرَاءُ طَرِيقَةُ عَمَلِ سَلَطَةِ الجَمالِ :

(١) لِلْجَرْز تَأْثِيرٌ فَعَالٌ عَلَى الْبَشَرَة . . . جَهْرِي حَلْفَاتٌ دَائِرِيَّةٌ وَصَفَقِيهَا عَلَى وَجْهِك فِي تَاسِقٍ  
وَاتِّنَاطِرِي مَدَةٌ  $\frac{1}{2}$  سَاعَةٌ حَتَّى يَتَغَلَّلُ عَصِيرُه سَام بَشْرَتَك . . . وَإِنْتَ عَلَى ذَلِكْ أَسْبُوعًا تَحْمِلُ  
عَلَى شَانِعٍ بَاهِرَةً .

(٢) وَلِلْخِيَار تَأْثِيرٌ سَعْرِي عَلَى الْبَشَرَة . . . دَلِكِيهَا بِقُطْعَنِ الْخِيَار ثُمَّ أَعْدِي خَطَاطَاتٍ مَلْوِيَّةٍ مِنْهُ  
وَصَفَقِيهَا فَوقَ بَشْرَتَك عَلَى النَّعْوَالَيْن بِالرِّسْمِ . . . وَإِنْتَ عَلَى ذَلِكْ يَوْمَيَا تَحْسُنُ بَشْرَتَك تَحْسَنًا مَلْوِيًّا .

(٣) وَالْلَّيْمُون يَزِيلُ مَا يَبْقِيُ بَشْرَتَك مِنْ دَهْنٍ وَزِبُونٍ . . . أَعْدِي حَلْفَاتٍ مِنَ الْلَّيْمُون ثُمَّ صَفَقِيهَا عَلَى  
وَجْهِك فِي تَاسِقٍ وَاتِّنَاطِرِي ، وَذَلِكْ مَدَةٌ رِبْع سَاعَةٍ .

(٤) كَثْنَنٌ فِي مَسْنَقٍ وَلَكِنَّهَا تَكَالِبُ الْجَمال . . .



# الطفولة مرحمة

# هل فالرَّئْسُ الْبَهْرَيْهُ فِيهِمْ؟

- ٦ - على كم ميدان يغترام رقم ١٠.  
 ٧ - ما لون تذكرة السكة الحديد بالدرجة الثانية؟  
 ٨ - أبىء الفطitar في مصر على العين أم على الشمال؟  
 ٩ - كم سن الملوكة؟  
 ١٠ - هل تمثال فيتوس مقطوع الدراج الأعن أو الأيسر؟  
 ١١ - هل توجد أرقام منعات مجلة بنت النيل في أعلى الصفحة أو في أسفلها؟  
 ١٢ - ملأ أي جهة ينظر تمثال نهضة مصر؟  
 ١٣ - هل ينظر الولد البشري في «الكونتينية» إلى العين أو إلى اليسار؟  
 ١٤ - ما لون طابع البريد فئة المليم الواحد؟  
 ١٥ - تمثال من التصوب في ميدان الخديو إسماعيل؟  
 [ الإجابة الصحيحة على صنفحة ٥٢ ]

ليس هناك أجمل من الطفولة في مرحبا وملوها .. وما هي ذي عدسة «بنت النيل» تسبح الطفولة في عينها البرى، وتجلب تلك المناظر الطريفة ...



دعوراملية تجعل في أعظم مظاهرها،  
فهم جميعاً سواء لا فرق بين عظيم أو حير



طلبات يتاجيان في سفو ووتام وقد  
شقليها حدثهما الشجي عن كل ما حولها



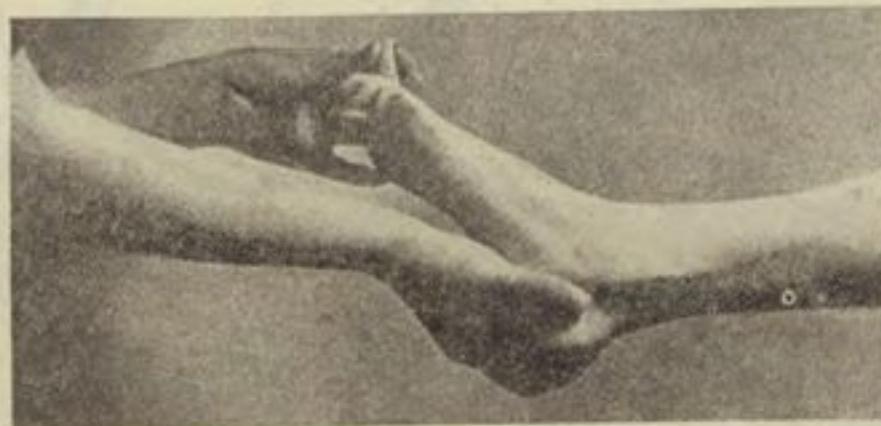
إنه يداعبها في رغبة ويدعوها للـ  
لقد أسلم لحواه القياد . ترى هل تخربه  
من جنة مرة أخرى؟



# اعْدَلِي فِي سَيِّكِ اَذْنَاكِ عَالِمُ لَعْبَ قَرْمِيلَ



١ — إذا تعبت قدماك من السير الطويل فعلاج هذا التعب سهل ميسور :  
١ — ضعي قدميك في ماء ساخن به أضع نقط من صبغة اليود .  
٢ — تددي وضعي قدميك على خدمة بحيث تكون القدمان أعلى من الرأس .  
وإذا لم يفديك هذا العلاج بالفائدة المرجوة فعليك بتدليك قدميك على النحو الآتي :



٢ — وإذا كان الطرف الأسفل للأذن مستدرجاً ومنفصلاً عن الحذ .. دل ذلك على العقل والازان .. وصاحبه متغائل .. طيب القلب ..



٣ — وإذا كان طرف الأذن سيفياً ومدللاً .. دل ذلك على نفس غير متنبطة .. وصاحبه رجل عنيف ..



٤ — وأما إذا كان طرف الأذن السنلي رقيقاً وصغيراً في الحجم .. دل على رقة الشعور والإحساس وصاحبه رجل خجول هاب ..

إذا تعبت قدماك من السير الطويل فعلاج هذا التعب سهل ميسور :  
١ — ضعي قدميك في ماء ساخن به أضع نقط من صبغة اليود .  
٢ — تددي وضعي قدميك على خدمة بحيث تكون القدمان أعلى من الرأس .  
وإذا لم يفديك هذا العلاج بالفائدة المرجوة فعليك بتدليك قدميك على النحو الآتي :



١ — أرجل وساقان ..  
تناووت في رثاقتها بتناووت أو متعانها  
وأبعاها .. فاحرصى دائمًا على أن تكون سيفانك في موضع فائق جذاب .



٢ — لا تعنق وركباتك متعددان  
اجعليهما متلاصقين دون إفراط .



يمسك الكعب بإحدى اليدين ويستند بعلن القدم براحة اليد الأخرى . تدفع أصابع القدمين في اتجاه الكاحل . تكرر هذه العملية عدة مرات .



نفس الحركة ولكنها معكوسة . تدفع أصابع القدمين في اتجاه الكعب . توضع راحة اليد على طرف القدم . ثم يضغط لتفقيضه . وتكرر هذه العملية عدة مرات .

٣ — لا تعنق وقدماك متعددان  
اجعلهم متلاصقين من الخلف ومتتوحين قليلاً من الأمام .



٤ — ولا تسرعى في خطواتك ..  
امشى في نزدة وازنان وتحنى الخطوات الواسعة ..



### ١. تركيب الصوف على الإبرتين.

اسك إبرتين في كتفاً يمين . واعقدى البطة على الصبة غزرة على الورقة اليسرى ثم اغززه الورقة اليمنى من الدمام الى الملف ودعيرها بخاتمة الغزرة المفقرة . تم اسک بالبطة فنلة الصوف ودفعها على طرف الورقة اليمنى ثم دعى طرف الابرته بخاتمة الغزرة المفقرة سله الملف الى الدمام حاملاً مسد الغزرة الجديده ثم انقض الغزرة الجديده الى الورقة اليسرى فلماون اسلك الورقة غزرتان ثم كرر الغزرة العلية حتى ينتهي لربط العصر الدارم من الغزرة ..

### ٢. تقبية المطرابية على أربعة إبر أو شعل الورقة الاربع.

بسادن نفس عدد الغزرة الاربع اقسام عيني بصشم الورقل سه الغزرة في الورقة الاربع ولهم اثنان سه الغزرة في الورقة الثانية . رهش الثالث في الورقة الثالثة والضم الرابع في الورقة الرابعة . استنس غزرة الورقة الاولى بالورقة الرابعة كن تغلق الغزرة تم استنس بابرة خاتمة على سهو وازنة بحيث تكون الورقة محترفة على كل الغزرة المعاينة هو الورقة السابقة . استنس بابرة النبع سه التسلق من اسبرة الطرف فيه الغزرة العدل

### ٣. الورقة العدل العصر المطراب من الغزرة دعا عليه ايون

سبسأى في عمود الجرس او اليات . اغزز الورقة بخنز منه الدمام الى الملف في الغزرة المعددة للغزرة المفقرة المطرابة على الورقة اليسرى . تم لعن فنلة الصوف الوجهة ظهره بخنز على طرف الورقة سه الملف الى الدمام دعى طرف الورقة اليمنى باغلبية الصوف بخاتمة الغزرة التي على الورقة اليسرى تحصل عليه على غزرة هدبة بعد زلات كرر زلات الى أن تنتهي سه الطر ..

### الغزرة المقاويبة

اجمع سه على الورقة . وأمامك غزرة مقاوبه .. اغزز الورقة اليمنى سه الملف الى الدمام في الغزرة المعددة للتفعل والوجهة على الورقة اليسرى تم لعن فنلة الصوف المطرابة على عذرنة التفع على طرف الورقة سه محركة ايصاله المخلف الى الدمام . دعى طرف الورقة اليمنى باغلبية الصوف بخاتمة الغزرة سه المفقرة التي على الورقة اليسرى تحصل عليه على غزرة هدبة مطلوبه .. كرر زلات ٢١ انه تنتهي سه الطر ..

### ست الغزرة المعدولة

اغزز الورقة اليمنى سه لدام في الغزرة المطراب سهها والوجهة على الورقة اليسرى سه المفقرة مع الورقة اليسرى تحصل عليه على الغزرة المعاونة على الورقة اليمنى ..

### ست الغزرة المقاويبة

اغزز الورقة اليمنى سه الملف الى الدمام في الغزرة المطراب سهها والوجهة على الورقة اليسرى سه المفقرة مع الورقة اليسرى تحصل عليه على الغزرة المعاونة على الورقة اليمنى ..

### قفل التريلك

٧. إذا أردت أن تُنْفَلِي الفرز بعد الانتهاء منه عمل المبرس أو الجاكية فاعمل إلا أن تستغل غرزتين متاليتين بالعدل . واتزون وتقسيم الفرز تبعه على الدبرة اليمنى . أفالبى الدولى على الثانية تكى بسبعين غزرة واحدة . ثم استغل غزرة ثالثة بالعدل وأطالبى الثانية على الثالثة حتى يصبحا غزرة واحدة .. وكرر ذلك إلى ان ينتهي الظرف ...

### ترزير غزرة عدل

٨. بعد غزرة مُفوله معتدلة . صرى هنبط الصرف من الخاف إلى الأمام لتنمية أمام الدبرة اليمنى ...

### ترزير غزرة عدل بالعدل

٩. بعد غزرة مُفوله معتدلة . للزيادة الدولى صرى هنبط الصرف من الخاف إلى الأمام تكى بسبعين غزرة أمام الدبرة اليمنى . للزيارة الثانية . لغى فتحة الصرف منه الخاف إلى الأمام على الدبرة اليمنى ...

### تفقيص غزرة واحدة

١٠. أسلق غزرة على الدبرة اليمنى .. استغل غزرة الثالثة وانقضى الفرز الملوث على الفرز المشرفة ...

### تفقيص عدد الفرز

١١. إذا أردت تفقيص عدد الفرز عند صردة الدلف أو الباط فاعمل إلا أن تستغل غرزتين بالعدل . ثم تعلق الدولى على الثانية حتى يصبحا غزرة واحدة مكررة ذلك حسب عدد الفرز المراد تفقيصها ...

### ترزير عدد الفرز

١٢. لترزير عدد الفرز أمامات طريقات .. إما غزرة الدبرة .. اليمنى في الفراغ الأولى التي يفصى غزرة عددين متاليتين ثم رفع الفتلة الجديدة وشفارها على القبة غزرة هبديده .. أو غزرة الدبرة اليمنى في عقدة الفرز التي على الدبرة المبرسى . مع رفع الفتلة وشفارها على القبة غزرة هبديده ...

### تفقيص الفرز المائل

١٣. منى موافقا على ابره بكل الظاهره وبعد ان تكفى قد استغل بها كل مجموعة تكون من أربع أو خمس أو ست أو سبع غزرة وكانت يجب أنه لا تستغل الفرز الأولى منها كل مجموعة بل اسلوبها على الدبرة اليمنى التي تستغل ....

# نَسَائِيَاتُ فِي الْمَرْبَرِ وَالْمَلَم

## أَنَّ فِي سِنِ الدَّرَسِينِ

■ المرأة التي ترتدي بتعلوها  
وتسيء مخالطة به في أكبر شوارع  
العاصمة.

■ السيدة أو الفتاة التي تضع  
اللبان في مأتم أو في مكان عام.

■ الشقيقة التي تؤمن بالسرور وتقسم  
حفلات الزوار!

■ السيدة التي تفتح حديقناً طويلاً  
مع جارتها من النافذة وقت الفيلولة  
فترجع الجيران وتقلّهم بصوتها  
الرخيم!

■ أم الأولاد التي تدمن الفارار  
وتهبل شؤون منزلها فتخسر قوتها  
وأخلاق أولادها.

■ العجوز التي تليس الألوان  
الزاهية وتعاصر من هن في سن  
حفيتها.

■ المرأة التي تصبغ شعرها  
بأداء الأوكسيجين فيظهر بعضه أسود  
وبعضه أشقر.

■ التي تقصم أظافرها بأسنانها  
وتنفع أصبعها في فمها.

■ التي تحيط نفسها بشلة من  
الشبان العبيدين وتزهو بذلك في كل  
مكان.

■ سيدة البيت التي لا الحديث لها  
سوى الشكوى من الخدم وغباوتهم.

■ التي تليس السوكيت على حداه  
ذى كعب عال.

■ الكريمة التي تخرم نفسها  
وأولادها وزوجها ما هي في حاجة إليه  
في سبيل إقامة الدعوات والمحفلات  
للاصدقاء والخلان.

■ الفتاة الصغيرة التي تعاول تقليد  
الكيريات في لبسهن وزينتهن فتشغل  
وتصبح أصوكة الجميع.

يختبر المأمور الطروب عند ما يكون  
مزاجك معتدلاً.

ولتكن ما زلت تعلمين وسائل  
سياسة زوجك وأولادك وبنبك أو  
عمالك.

يزورك أصدقاؤك لما ياخذونه فيك  
من خفة الدم وحسن الحديث، ويدى  
الرجال ميلاً كغير المحادي لكن دون أن يحول  
بعناظرهم أنك تتذمرين منهم كلامات  
المجازة، وإذا كنت قد سعدت بالزواج  
فلاشك أن زوجك يحبك وأنك  
تبذلين قصارى جهدك للحافظة على  
هذا الحب.

اما إذا كنت لم تفوزي بالزواج بعد  
فأنك تعلمين أن هناك زيجات كثيرة  
موفقة تمت في سن متاخرة ولتكنك  
لا تتذمرين أن تجدى في كل رجل  
تفايلته زوجاً محظياً.

لقد انتبهت من تلك الاختبارات  
القاسية الخاصة بالطبعات والشعر  
والثياب والصرف أيام الناس. أنت  
لاتكرهين التغيير أحياناً، ولكن على  
شرط أن يكون ضمن المحدود الذي  
رسستها لنفسك.

ها قد وصلت إلى الاتزان الذي  
طالما تعرفت شوفاً للحصول عليه في  
سن العمر، فثباتك تدل على النظرية  
الحادية العاقلة الرزيقة التي تتقدّر  
بها إلى الحياة ولو أن تلك القبة الغربية  
الجنوبية التي تفضلتها من وقت آخر تدل  
على أنك ما زلت قادرّة على أن تظہري  
مقابل الأيام.

٤) من بين الأزياء البريطانية ملابس  
بعد الظهور المصنوعة من الصوف على  
شكل مربعات وهي ذات ألوان جليلة  
للاصدقاء والخلان.

٥) تزين الجاكارات الجديدة المعروضة  
في بيت الأزياء بلندن بألوان تناسب  
مع لون الفراش وكذلك تزين الأزرار  
والبطاطة بنفس اللون.

إن مستوى حياتك النهائي قد كمل ،  
فأنت تعرفين الآن حق المعرفة ماذا

تنتظرين من الحياة وتعلمين أنك إذا  
ساعدتك الفظروف ستصلين إلى  
ما تأملين فيه.

لقد أطلت التفكير في مشئونك الخاصة  
وجابها هذه الشئون بنفسك وأصبحت  
آراؤك ومبادئك الأساسية من صنعك  
أنت وليس مقوله عن السنة الآخرين.

رعاكنت زوجة في هذه السن  
وررعا وهبك الله أولاداً وأسيخ عليك  
في حياتك الزوجية سعادة ونهاء، أو  
لعلك ما زلت تعملين، وفي هذه الحالة  
لا شك أن العمل الذي تباشريه هو  
الذى وقع عليه اختيارك وصادف من  
نفسك هو. أما إذا كان عملك قد  
فرض عليك فرضاً فلاشك أنك  
تحبّينه خيراً لإجادته.

لقد انتبهت من تلك الاختبارات  
القاسية الخاصة بالطبعات والشعر  
والثياب والصرف أيام الناس. أنت  
لاتكرهين التغيير أحياناً، ولكن على  
شرط أن يكون ضمن المحدود الذي  
رسستها لنفسك.

ها قد وصلت إلى الاتزان الذي  
طالما تعرفت شوفاً للحصول عليه في  
سن العمر، فثباتك تدل على النظرية  
الحادية العاقلة الرزيقة التي تتقدّر  
بها إلى الحياة ولو أن تلك القبة الغربية  
الجنوبية التي تفضلتها من وقت آخر تدل  
على أنك ما زلت قادرّة على أن تظہري  
مقابل الأيام.

حرر دود فر ليدى هارت دايك  
ستنت أنواع حفلة التوزيع الملكية  
إليزابيث والأميرة إليزابيث والأميرة  
صريجيت.

وقد عادت ليدى هارت إلى إنجلترا  
من قبرس أخيراً وكانت تقرراً لوزارة  
الخارجية البريطانية عن إمكان إنشاء  
مزروعه لنطية دودة الفرز. ومن

١) ستقوم إحدى النساء البريطانيات  
اللائي ينتقلن بين أرجاء العالم ملوك  
حياتهن ، وهي مسر روس سكوت ،  
بجولة في جميع أنحاء بريطانيا بعد أن  
عينت سكرتيرة لقسم الفنادق بشركة  
الساحة ، وذلك لإحصاء عدد الفنادق  
الصالحة للسكن . وقول إنها تنتظر  
وصول عدد كبير من رجال الأعمال  
لـ بريطانيا وهؤلاء يجب لرؤاهم .

٢) أحدثت من مارجوري لورانس  
رجة كبيرة في أكبر قاعة للموسيقى  
بلندن إذ غنت قطعة أوربرت بمصاحبة  
أوركسترا الإذاعة البريطانية في إحدى  
الليل وأذاعت الحلقة بالراديو . وهي  
أسترالية المولد معروفة في دور الأوبرا  
في باريس ونيويورك ، وهذه أول مرة  
تظهر فيها في بريطانيا .

وقد غنت في واشنطن أيضاً ،  
وقد أصبحت هذه الفتاة بالكافح  
عندما كانت في نيويورك في سنة ٩٤١  
وأقدمها ذلك عن مزاولة عملها لمدة  
ستين ولكتها بدأت لغى ثانية  
مستخدمة كرباساً متعركاً ووجدت  
أن صوتها قد قوى أكثر من ذي قبل  
فبدأت تقوم بجولات تغني فيها في جميع  
أنحاء العالم .

٣) بدأ العمل في مزرعة ليدى هارت  
دايك بالقرب من لندن حيث تربى  
دودة الفرز ولكن لن يبدأ في إنتاج  
الحرر إلا في السنة القادمة وقد أسبات  
القابل منزل ليدى هارت دايك ثلاثة  
مرات خلال الحرب . وفي بداية الحرب  
كانت هذه السيدة تستخدم ٤٥ حجرة  
لتربية دود الفرز ، ويساعدتها في هذا  
العمل ١٥ مساعدًا وكثير من عمال  
الثانوية الذين يستغلون بجمع ورق التوت  
الذي تعيش عليه دودة الفرز . ومن

## فَلَمَّا سَمِعَ مُوسَى الْحِبْنَ ..

الدكتور محمد حاتم الخولي ملك

مقدمة لدراسة الفلسفة

لست من يعتقدون بأن الحب  
يورث الجنون . . فلن تزلون أركان  
العقل مالم تسكن جبهاته مصدعة من  
بادئ الأمر . . ولن يصاب الإنسان  
بالجنون مالم تطوا ثقتيه وسررته  
على نوع من الشذوذ . .

النفسى يدرّب نفسه على تذوق الحياة  
يمخلوها ومرها . . فالحياة زاخرة  
بالأفراح والأحزان . . وتلك الصعاب  
التي تستعرض الإنسان هي اللحى الذى  
بدونه لا يشعر الإنسان بطعم الحياة  
وحلاؤتها . . فليبعد كل إنسان عنه  
لاجيئ السهل الوعر . . ولتنزوى  
الحلو المر ( Bitter sweet ) لاف  
الحب فقط ولكن في الحياة . . في  
العمل . . في الجهاد . . إن أراد أن  
نعم بالهدوء والاستقرار النفسي . .  
ويعلم الشباب بأن الراحة وهدوء  
الليل لا تتحقق إلا بتحقق التوافق  
والتراغي بين جانبي الماعة أو  
الشهوات . . وجاذب الروح في  
إنسان . . فمن يطلق لنفسه الحاج  
ينتمس في الشهوات والمللاته . .  
نسمه تيار الحب الجارف إلى الندم  
الحرقة . . ومن يبالغ في كبت ميوله  
رغباته . . حطمته تلك الرغبات  
موار العقل وذهبت بالإنسان إلى  
ثقل والجبن . . إن التوافق بين  
بين القوتين هو أساس كل هدوء

ومن يشد المدوء والاستئثار ومواجهة الواقع .



**THE TRACTOR & ENGINEERING CO.**  
**S. A. E.**

# النرقة الافتراضية للمحاجة والرسالة منضيماً إليها

## موسیری کورسیل و شرکاهم مهندسون و مقاولون

بسم الله الرحمن الرحيم

٨٤١٩ - سجل بحثاً في بالفنا

٤٩٦٦٨ ٥٨٤٦٣ : بنت النيل





# على الحشر لهم الأمان!

المرع عليها وتبعد آثار ذلك على وجهه .

و حين أوشك الغلام على إنهاء عمله، رفع وجهه إلى الصابيط كمن يطلب الأجر على استحياء في رطانة أجنبية ربيكة ، أدرك الصابيط معناها ..

فوضع يده في جيبه وأخذ يبحث عن قنود معدنية ، وبالطبع لم يجد شيئاً سوى الورقة الوحيدة ذات الجنيهات الخمسة التي سيمضي بها أو يبعضها سهرته مع ماريا القبطانية الرائعة .. وصمت بسرعة ثم أخذ يتفاهم مع الغلام في عشر وعشرين فأقمه أن ليس معه قنود صغيرة وهذا اربد وجه الغلام وتسرب إلى نفسه يأس بالغ وإن كان قوي بأن عمله قد ذهب مع الشيطان . ولكن الصابيط بدده ذلك من نفسه بسرعة، وأخذ يتم نفاهه العسير مع الغلام فأرأه خمسة جنيهات . فلمعت عينا الغلام وعرف أن الصابيط يريد فكه فأقمه أن ذلك أمر يسر جداً ، وأشار له يده إلى

عمل البن البرازيل وذلك بائع البجائر الجبوار له وأنه يستطيع أن يفكها منه . - أعنى من بائع البجائر - بسرعة . وفهم الصابيط ذلك وسكت . كون الرضي . وتابع الغلام عمله فأنهى تقطيف الحذاء وأيقق منه شيئاً يسيراً تافهاً . . ولعبت في نفسه فكرة ، فما توانى وأمسك برباط الحذاء ، وفي غفلة عاديه وطبيعة جداً من الزبون استطاع أن يفعل بالرباط شيئاً . . شيئاً ما ..

ثم تناول الورقة المالية من الصابيطقطعن وذهب ليتكها .. وبعد خطوبتين اثنين .. لعبت عينا الغلام ببريق قوي حين رأى الورقة بين يديه ورقس قلبه طرباً وقالت نفس الغلام الخبيثة لعقده: انظر إليها العقل الراكد الرائع ، هذه جنيهات خمسة كافية تسد كثيراً من مطالب الحياة من غذاء وكساء وترفيه .. هلا رسست خطلة لاقتناصها والتعمتها ! [ البقية على صفحة ٧٠ ]

وقف الصابيط هافارد ينظر إلى النيل العظيم من خلف زجاج نافذته بسرور كبير . . وبعد أن أتم حلقة ذقه وشاربه أخذ يدخل وجهه بالمعاجين الجميلة وينضح رأسه ووجهه بالعطر .. ثم أتم ارتداء ثيابه . وتناول حافظة قنوده وراح يتضئها ، وقال في نفسه: لا بأس ، خلة جنيهات مصرية وبضعة مليارات ، هذا المبلغ يمكن لتحققه السهرة في أحد الملاهي المتوسطة في القاهرة .. ثم خرج وأخذ يسير على النيل بزهو ونظر وعلاء رئتيه من هواء السماء المليط حتى وصل إلى محطة الترام وأتى الترام فركبه - في الدرجة الأولى طبعاً - وحين جاءه صراف النذاكر دفع إليه المليارات التي في جيبه كلها لأنها كانت بحملتها لا تزيد عن عن الذكرة ، وحين وصل الترام إلى شارع فؤاد نزل منه وأخذ يسير الهوينا في جموع الناس الذين يزخر بهم الطريق في الليل .. ليل القاهرة الساحر الالاهي ..

أين تخفي سهرتك يا هاقي . . .  
الدولز . . . واشنطن . . .  
الكورسال . . . وبريزت في رأسه ليه  
يعينها لا يزال يذكرها .. إن لا يزال  
يدرك الفتنة القبطانية ذات العينين  
الزرقاء ونثر الذهب والجند البديع  
واللقط المسوول للهams وذات العمر  
العجب . لقد كان مني شه بالإقامة  
معها ليلة عرفها ، تلك الليلة فوجئ ،  
فيها سفر فرقه إلى موقة العاملين . .  
أجل هذه هي سهرته وتلك هي فتاته  
في هذه الليلة .. هي عينها ماريا الفتاتة  
وابس غيرها .. لها على سعرها  
ركلة قوية بتنس الحذاء الضخم الالامع  
توجه إلى صدره أو إلى وجهه ! . .  
وتصور الغلام ذلك فتفهم نفسه ويسعى  
سهرته معها ..

## شنط فضل الربع



محل الـ **جي**  
٣٥ شارع سليمان باشا (متروهاوس)

وفي نفس اللحظة كانت تعلق برأس الغلام أفكار وهواجس مختلفة، مررة بؤمل في كرم هذا الصابيط ، ففترضي نفسه وعلق البصر على وجهه معبراً عن الأمل الحلو . ومرة يخشى أن تسکرر من هذا الصابيط مأساة الجنود الحالة ، ينطفئ الواحد منهم حذاء حق يلمع كالليل ثم يدفع الثمن ركلة قوية بتنس الحذاء الضخم الالامع توجه إلى صدره أو إلى وجهه ! . . وتصور الغلام ذلك فتفهم نفسه ويسعى



البيت











7245

VIRGINIA O'BRIEN













# مِنْ مُصَيْبَةٍ

## قصص مغربية

فِي تِعْسَتِه وَشَعِرَتْ بِأَنْ هُنَاكَ تَائِيَّةً  
وَجَدَانِيَّاً يَرْبَطُنِي بِهِ . وَلَكِنْ جَانَ  
أَبْغَضَنِي مِنْ حَلِّي الْجَبَلِ وَمَلَّتْ لِي  
أَنَّ الْأَعْبُ الأَمْلَالِ وَأَوْسَتْنِي بِأَلَا أَفُولُ  
شَيْئًا لِفَرَدٍ .

أَرَغَى فَرِدٌ فِي أَحْضَانِهِ وَأَخْذَ يَقْلِبِي  
فَبَلَّهُ وَلَكِنْ بَعْرَارَةً تَرَبَّدَ عَنِ الْيَوْمِ  
الْأَبْقَى . لَعِتْ مَعَهُ وَلَكِنْ كَنَّتْ  
مَشَتَّتَةً لِلْفَكَرِ . وَأَخْبَرَهُ طَلَبَتْ لِي جَانَ  
أَنْ تَسْعِي لِي بِأَخْذِ الْعَقْلِ مَعَنِي لِلْمُغَرَّبِ  
فَقُلْتُ بِمَدِحَاجِ شَدِيدٍ .

أَعْدَدَ وَجُودُ فَرِدٍ لِي مَنْزِلَتِي بِهِجَنِهِ  
الَّتِي فَقَدَهَا مِنْذَ أَنْ خَرَجَتْ مِنْ صَرْحَةِ  
الْمُطْلَوَةِ الْمُبَعِّدَةِ . كَانَ فَرِدٌ شَفَقَ  
الشَّاغِلِ . فِي الصَّابَاحِ كَنَّتْ أَسَاعِدَهُ  
فِي عَمَلِ زَيْنَتِهِ وَتَأْوِلِ إِفْتَارِهِ . لَقَدْ  
تَبَدَّلَ الْحَالُ مَعِي أَيْضًا قَدْ أَسْبَعَ لِي  
هَدْفَ فِي الْحَيَاةِ .

وَلَنْ تَبَتْ فَلَا أَنْتَ الْيَوْمِ الَّذِي  
أَبْنَيْتَ فِيهِ جَانَ بِقَرْبِ عُودَةِ فَرَانْكِلِينَ  
تِيلُورَ وَالَّدِ الْعَلَلِ مِنِ السَّفَرِ . عَادَ تِيلُورَ  
بِكَادِ يَشَاهِي وَجْهَ فَرِدٍ فِي كُلِّ شَيْءٍ حَتَّى  
[ البقية على صفحة ٧٠ ]

حاوَلَ الرَّوْجُ أَنْ يَرِدَ زَوْجَهُ إِلَى  
رَشْدِهَا وَلَكِنْ بِدُونِ جَدْوِيِّ . فَقَدْ  
كَاتَ مَلَاثَةَ تَحْبُّ السَّفَرِ وَكَثِيرًا مَا كَاتَ  
تَرْكَ زَوْجَهَا وَطَلَقَهَا وَتَقْوِيمُ بَرَحَاتِ  
بَعِيدَةَ مَعِ أَسْدَافَهَا . وَلَمْ يَكُنْ لِلْرَّوْجِ  
إِلَّا طَلَبَهُ يَسِيلِهِ فِي وَحدَتِهِ فَأَجْبَهَ جَانَ  
بِقَرْبِ مَنِ الْعَادَةِ . وَأَمَّا خَرَجَتْ  
الْزَّوْجَةُ التَّكَوَّدَةُ الْحَلَظَةُ فِي غَيْبَةِ زَوْجَهَا  
وَوَلَّهَا فِي رَحْلَةِ مَعِ بَعْضِ الْإِنْسَانِ فِي  
سَيَارَةٍ اقْلَبَتْ بِهِمْ فَقَصَتْ الْمَعْوِسَةُ  
نَحْبَهَا . وَحَزَنَ عَلَيْهَا زَوْجَهَا حَزَنًا  
شَدِيدًا لِمَذْ كَانَ يَعْبُرُهَا عَلَى الرَّغْمِ مِنْ  
سَلُوكِهَا الْكَافِرِ . أَمَّا فَرِدٌ فَهُوَ يَعْشُ  
الآنَ عِنْدِي . فَوَالَّدُهُ لَا يَعْرِفُ أَحَدًا  
غَيْرِي يَعْنِي بِأَنِّي .

نَظَرَتْ لِي الْوَلَدُ وَخَلَّةٌ شَعَرَتْ بِأَنِّي  
فِي عَالَمٍ آخَرِ . لَكِنَّهُ نَلَّاشِي كُلِّ شَيْءٍ  
أَمَانِي حَتَّى أَنِّي لَمْ أَعُدْ أَسْتَطِعَ أَنْ  
أُرِي وَجْهَ فَرِدٍ الصَّغِيرِ أَمَانِي . لَكِنَّ  
حَلَّ عَمَلُهُ وَجْهَ آخَرَ لِرَجُلٍ يَنْهَازُ الْكَلَّاَتِينَ  
بِكَادِ يَشَاهِي وَجْهَ فَرِدٍ فِي كُلِّ شَيْءٍ حَتَّى

نَظَرَتْ لِي الْوَلَدُ وَخَلَّةٌ شَعَرَتْ بِأَنِّي  
فِي عَالَمٍ آخَرِ . لَكِنَّهُ نَلَّاشِي كُلِّ شَيْءٍ  
أَمَانِي حَتَّى أَنِّي لَمْ أَعُدْ أَسْتَطِعَ أَنْ  
أُرِي وَجْهَ فَرِدٍ الصَّغِيرِ أَمَانِي .

كَانَ الْجَسْوُ يَارِدًا وَكَانَ النَّهَاءُ  
مَلِيَّةً بِالْعَيْوَمِ عَنِ الْمَرْجِعِ مِنْ مَنْزِلِي  
فِي يَوْمِ الْتَّالِي مَتَّجِهًةً تَجْوِيْدَ الْمَدِّ .  
فَقَدْ طَلَبَتْ مِنِي « جَانَ » بِاَتْرُونَ فَتَانَ  
شَتَّوِيَ . وَكَنَّتْ أَرْجُو أَنْ أَصْلِ قَبْلَ  
مِيَادِ الْفَسْحَةِ حَتَّى لَا أَقْبَلَ التَّمَيِّزَاتِ  
فَأَرْغَمَ عَلَى الْبَلَاءِ مَعِينَ .

فَابْلَتْ جَانَ وَلَكِنْ لَاحَظَتْ أَنِّي  
مَكْثَتْهُ وَلَا سَأَلَتْهَا عَنِ الْبَبِ أَخْذَتِي  
جَانَأَ وَهَمَتْ فِي أَذْنِي بِأَنَّ وَالَّدَهُ فَرِدٍ

قَدْ تَوَفَّتْ ... سَعَتْ لِدِي سَبِيعِي هَذَا  
الْأَيَّامِ الْمُرْبَكِ . فَقَدْ تَخَبَّتْ أَمَّا فَاضَةَ  
تَحْنُو عَلَى وَلَدَهَا وَتَحْدِبُ عَلَيْهِ ، وَلَكِنَّ  
لَشَدَّ ما كَاتَ دَهْشَتِي حِينَ سَمِعَتْ جَانَ  
تَقُولُ : « هَذَا مِنْ حَسْنِ حَظِ الْعَقْلِ .  
فَقَدْ كَاتَ تَهْمَلَهُ وَلَا تَلْفَتْ إِلَيْهِ مُعْلِقاً .  
وَأَنَا لَا أَعْرِفُ إِلَى الآنِ الْبَبِ الَّذِي  
دَفَعَ فَرَانْكِلِينَ تِيلُورَ لِي الْرَّوْجَ بِتَلْكَ  
الْمَرْتَبَةِ الْأَمْرِيَّكِيَّةِ . فَقَدْ كَانَ هَذَا  
الْرَّوْجُ غَيْرَ مُوْفِقٍ مِنْ يَدِيَّتِهِ وَعَيْشًا

## نَبْعُ مَعْطَرِ مِنْ بَارِلِيسِ ...



لُوبِانْ - فَنُومِيَّهُ - اوْسِيَانْ  
بُلُو - كُويِرِ دِي روْسِيَّهُ - فَنِيرْفُوشُور  
**LUBIN**  
Parfumeur  
PARIS  
المُوكَدُوُدُ العَرَبِيُّونُ إِيجَالِ مايكَالِ سِيتُونُ وَشِرَكَاهُ







فأنت تعيشين الغلام والتربيـ .  
ولكن لا تنسي أن النظام قد يسبـ  
أحياناً الليل . الرمي حاتم الدقة فيـ  
عملاك وتحرمي منها فيما عدا ذلك .



٨ — تبدين تغليف الملاعف  
والشوك والكاكين بفوتك إذا  
جئت لأكلني في أحد المطاعم .  
هذه الرقة الزائدة تدل على أنك  
بدأت تتدمن في السن وعلى قصر  
اقترافك . فهل تعلمين أن هذا التغليف  
لا يكفي لطرد الجراثيم ؟؟  
كما أن في ذلك معانٍ دقيقة إذا  
كنت مدعوة عند صديقة أو في  
احتفال عام . معنى ذلك أن أصحاب  
اللakan غير خليقين يشقونك .



حِكَمٌ تَكُشفُ عَنْ فَوْتِكَ



— تعددت وأنت سائرة الأعجamar  
التي تفصل الرصيف عن الطريق  
وتحرسين على لا تهنى بقدميك الفراغ  
الموجود بين كل حجر وحجر . وقد  
تبدو هذه المحاولة مضحكه ولكنك  
لا تقلعين عنها .  
أنت فلقة وهذا يقصد عليك حيانك .



— هنا خطاب وصلك الآآن ،  
فبدلاً من أن تتعجبه أراك تتغطرس إليه  
وتقليبه وتنقولن في نفسك : « من  
هذا الخطاب يا ترى ؟ » .

أنت تخين الألغاز والأسرار إلى  
حد بعيد وتبليغن إلى الرجل الذي يبدو  
أمامك لغزاً . ولكن حذار من  
هذا ...



٥ — تعلمين إلى مكبك وتشفين  
شك أثناء حديثك مع زائرتك بترتيب  
أفلامك ووضعها في منوف متراصة .

# علمى طفلك

■ علمى الطفل أن يغسل أسنانه بعد كل أكلة . وهذه أحسن طريقة لمنع الأسنان من التسوس .

■ الفرشة ذاتية تضر بالثنايا ، يجب عليك إذن أن تخذل اهتمامك فرشة أسنان صغيرة الحجم ناعمة .

■ اخترى له معجوناً كثير الرغوة وأبعدى ما استطعت عن المعاجين التي تبييض الأسنان إذ أنها تترك في الفال من مواد تضر بالأسنان .

■ يجب أن تعلمى طفلك أن يفرش أسنانه من أسفل إلى أعلى أو العكس إذهى الطريقة الشائعة لتنظيف الأسنان . كما يجب أن لا يقوتك أن تلقى نظرة إلى أهمية الاعتناء بتنظيف الأسنان من الداخل .

■ عوديه أن يفرش أسنانه ملويلاً (ثلاث دقائق كل مرّة) .

يشكّل حب العوامل التي تختلط في شفها .... فتندما تقابل من ثهواء يطير فإذا بها فرحاؤه يطرق وجهها بشراً وتلهو سحة من الحال .... وإذا ما ارتسست أمارات الغضب على وجهها فقدت جاذبيتها وبدت كثيبة قبيحة ... وأنت إذا ما وضعت المرأة عجائب آلة التليفون وتحادثت مع شخصيات متعددة للاحتلت تغيرات لطراً على ملامحك وتبدل من حال إلى حال ومن شكل إلى آخر .... انظرى إلى المرأة بأمعان تحدى نفسك قد بدأتي جيالة .. قبيحة ... فاتنة .. كثيبة .. جذابة .. في توان معدودات ....

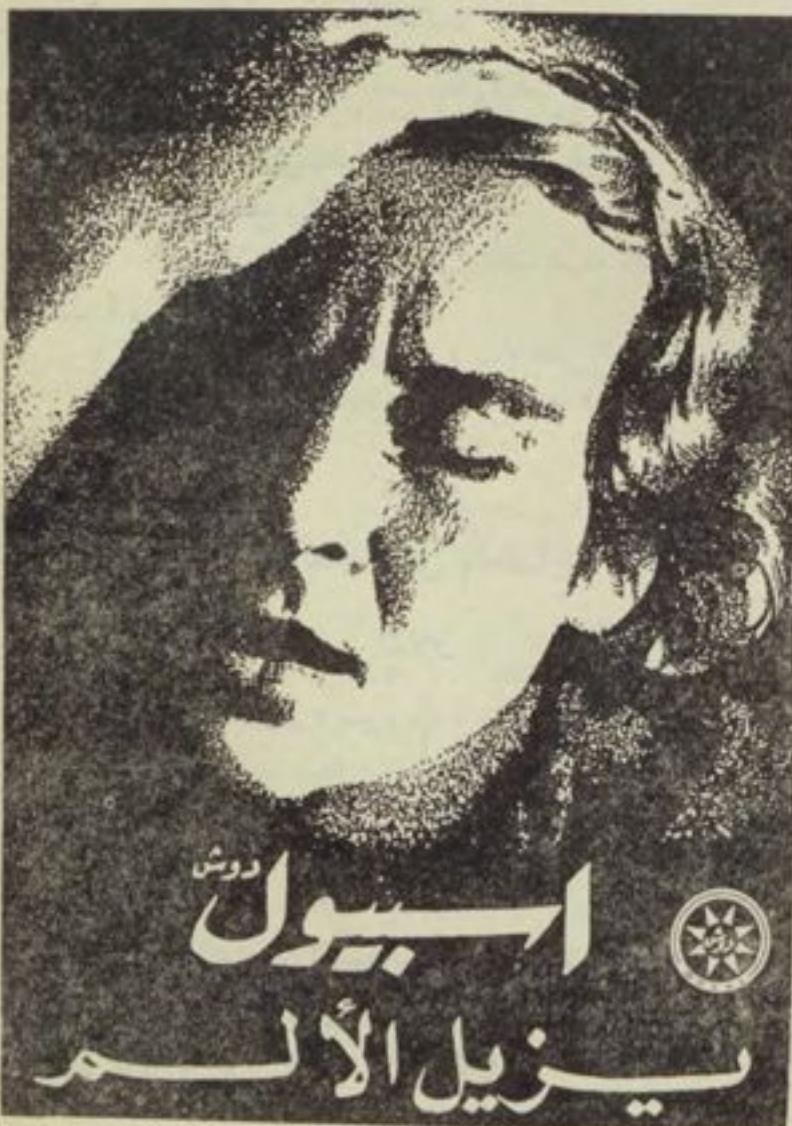
إنك حاطنة إن اعتقادك أنك لت يحيطىء إذ أن من يفهم المجال على حقيقته يعرف أن لكل امرأة جمالها وجاذبيتها .. إن الوجه الجميل قد يذبل ويتواري عن الأنظار أما النفس الجيدة فذكريها خالدة باقية في التفوس .. إن المجال في جوهرك لا في مظهرك ...

# لماذا جيالة؟

جيالة في بقعة ما على سطح البسيطة ! .. ومقاييس المجال هذه تتلور بتطور العصور والأجيال .. غاثبسوت تحفة عصرها ، لو خرجت من رمسها لاتهمها الرجال اليوم بالبرود والجحود ولو قدر الفتاة العصرية أن تعيش بين أجدادها الفراعنة لسرعوا منها واعتبروها مومياء أو دمية ! .. فلا تخزى إن لم يعترف شبان اليوم بجمالك « الودرن » وعلى ذلك بأن مجالك فرعوني مستمد من تراث الآباء والأجداد !! وإن المجال ينبع لفانون العرض والطلب ... إذ أن الفتاة ذات البشرة اليابسة تسهوى القلوب المصرية ... والفتاة السمراء ذات الدم المصري الجذاب تتطلع إليها الأعيان الباريسية والأمريكية !

إن قيمة المرأة في جوهرها لا في مظهرها ، ومن يحكم على مجال المرأة بجمال وجهها الحاطنى ، إذ أن مثله كمثل من يقدر قيمة العطور « Perfume » وطيب رائحتها من منظر الزجاجة ومظهرها ... إن مجال الوجه ليس له علاقة ب المجال الروح والنفس إذ قد تكون المرأة متواضعة المجال ولكنها تكون رغم هذا مثلاً حياً لل لأنوثة وقد تختزن في شبابها مقداراً كبيراً من الجاذبية .. وقد قبل إن الحب يجعل المرأة تبدو في عين الحب جيالة حتى ولو لم تكن جيالة في الواقع ، وهذا دليل قاطع على أن من المسطوع أن يتعلق الرجل بأمرأة ليست جيالة وقد يصل هيامها إلى حد الجنون ذلك كله لأن الروح قد تُعشق قبل العين أحياناً !

وفي استطاعة كل امرأة أن تبدو جيالة فاتنة إن احتفظت بهدوئها وتحلّت بوداعتها إذ أن وجه المرأة



# شئون المطبخ ..



٣ - يرفع من الماء ويعنف ويغمر في السن ويرفع ثم يعنى بالعصاج المضاف إليه الصنوبر .

٤ - يرش جبلاً للجنب في صينية مدهونة بالسن .

٥ - يضاف الماء لعصير الطاطام ويتبلى بالملح والقليل ويستقر به البازنجان

٦ - ينقط بورقة مدهونة بالسن ويوضع في فرن متوسط الحرارة حتى يتضخم .

\*\*\*

## كفتة اللحم الناضج (لحم سبق طهيه)

### المقادير

١ رطل لحم ناضج مفروم	٢ بصل يكفي للمعبن
٣ بطاطس مسلوق ومفروم	٤ سمن غزير التحمير ، ملح وقليل

### الطريقة

١ - يخلط اللحم والبطاطس معاً ثم يعنى بما يكفى من البيض لتكوين عجينة متساكة الأجزاء ثم تتبلى بالملح والقليل .

٢ - قطع قطعاً متساوياً وتشكل على هيئة أسطوانة وتقطع القطع بالبيض والبقسماط .

٣ - تغمر في السن الغزير .

٤ - تقدم للعائدة ومهمها صلصة الطاطام . وهي تعمل بالطريقة الآتية :

### صلصة الطاطام :

١ ملعقة سمن	١ رطل طاطام
١ ملعقة شاي دقيق كورن فلور	١ ماء
(ويسترى من البقال) ملح وقليل	بصلة صغيرة
أيضاً .	١ جزر أفرنجي

### الطريقة

١ - قطع الخضر بعد تشيرتها إلى قطع صغيرة ثم تشوّق قليلاً في السن .

٢ - يضاف إليها الماء وترك حتى تتضخم ثم تصنى بعنطر ضيق .

٣ - يعزز دقيق الكورن فلور بقليل جداً من الماء ويفضاف للخضار المصنفة

٤ - يعاد الجميع على النار وترك لفترة من ٣ - ٥ دقائق مع القليبي السنر . وتنثر بقليل من الألوان الأخرى لترهيبة لونها إذا أردت ذلك .

٥ - تصب في قابل الصلصة الحاس وتقدم مع الكفتة أو يمكن

صباها حولها .

\*\*\*

## الاسبريج (كشك الماس) بالصلصة البيضاء

### المقادير

٤ حزمتان اسبريج مسلوق	٦ رطل لبن
٦ أوقية زبد	٤ أوقية دقيق
١ ملعقة كبيرة بقسماط ناعم	٤ سنن

### الطريقة

تعمل الصلصة البيضاء كالتالي :

١ - يسخن السن ثم ينزع من على النار .

٢ - يضاف الدقيق مع التعرير المستمر ثم يعاد على نار هادئة ويستمر في التعرير مدة ٣ دقائق مع مراعاة عدم تغير لون الدقيق .

٣ - بعد الوعاء من على النار ثم يضاف اللبن تدريجياً جزءاً بجزء مع التعرير المستمر .

٤ - يعاد ثانية على النار ويستمر في التقليب حتى تصل الصلصة إلى درجة الغليان ثم ٧ دقائق بعد الغليان حتى يتم نضج الدقيق .

٥ - يضاف الملح والقليل

٦ - يصنف الاسبريج من ماء السلق ويعنف بفولمة ناعمة ثم يقطع قطعاً مناسبة في الطول .

٧ - ترش قطع الاسبريج في صحن فرن ثم تغطى بالصلصة البيضاء

٨ - يرش السطح بالقسماط وتوزع قطع الزيد على السطح ثم يوضع في فرن حار ليحمر الوجه .

\*\*\*

## بادنجان بلدى بالعصاج

### المقادير

٢ رطل بادنجان « عروس » صغير نوعاً	١ ملعقة كبيرة بقدونس مفروم
٢ ملعقتان من سمن	٢ رطل طاطام مصفاة
٣ رطل عصاج بالطاطام	٣ رطل ماء
٢ ملعقتان من صنوبر	٤ ملح وقليل

### الطريقة

١ - يقشر البادنجان أو يترك بدون تشير أو يقشر مقدار قيراط ويترك قيراط بدون تشير وهكذا ويلاحظ ترك الماء في جميع الحالات .

٢ - يشق من الجنب وينزع قليل من به ويترك في الماء والملح مدة نصف ساعة .

## اللاماسية (الملاطية) الليمون بالفاكهة المتنوعة

### المقادير

١ دطل سائل مكون من :	٤ أوقية جلايين
٣ ملاعق كبيرة عصير ليمون	عدد ٨ من الكرز أو العنبر
سكر مكثفة للتحلية حوالى ٢ - ٣	١ موزة أو ٦ قطع أناناس
رطل .	١٠ من الفراولة

### الطريقة

- ١ - ينخل الدقيق والخبيرة مما .
  - ٢ - تضاف الزبد أو السمن ويترك جيداً بأطراف الأصابع إلى أن تخفيق تماماً في الدقيق ، ويلاحظ رفع الأيدي في الهواء أثناء الترک ليختلطها الماء .
  - ٤ - تتعجن بالبيض إلى أن تصير عجينة يابسة نوعاً مع إضافة قليل من اللبن إن احتاج الأمر .
  - ٣ - تضاف باقي المقادير الجافة « السكر والقرفة » .
  - ٥ - تبسط العجينة بالنشابة إلى أن تصير رقيقة ثم تقطع دوائر صغيرة .
  - ٦ - ترس في صينية مدهونة بالسمن وتخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ١٥ دقيقة .
  - ٧ - يترك البسكوت ليبرد ثم تبسط طبقة خفيفة من الربي على بسكوتة وتلمس بال الأخرى .
  - ٨ - يرش سطحه رشأ خفيفاً بقليل من سكر البوترة ويرس في الأطباق ويقدم .
- \*\*\*

## كعك الفاكهة

وتقديم في موائد الشاي

### المقادير

١ ملعقة شاي خبيرة يكجع بودر	٦ رطل دقيق
٦ رطل فواكه مسكونة مفرومة	٦ زبد
٢ يضة . قابيلا . لبن إن احتاج الأمر	٦ سكر بودرة

### الطريقة

- ١ - يجهز أولاً قالب مستطيل طوله من ٦ : ٧ بوصات يدهن بالسمن الدافئ ثم تقطع جوانبه وفauge بالورق السمي بورق الزبد أو يدهن بالسن الدافئ ويرش بالدقيق .
  - ٢ - تدعك الزبد جيداً حتى تصير لينة ثم يضاف السكر النخل ويستمر في الدعك حتى تصير يضاوء وتهذب كالكريمة المخفوقة في شكلها .
  - ٣ - تضاف يضة وجزء من الدقيق ثم اليضة الأخرى ثم باقي الدقيق وزخر الجميع مزيجاً جيداً حتى يكون المربيق قابلاً لاصب مع استعمال قليل من اللبن إن احتاج الأمر لذلك .
  - ٤ - تضاف الفاكهة وأخيراً الخبيرة .
  - ٥ - يصب المربيق في قالب المعد حتى ثبته قليلاً .
  - ٦ - تخبز في فرن حار مدة ١٠ دقائق ثم تهدأ الحرارة حتى يتم التضoj .
  - ٧ - يقلب القالب على منخل سلك ليبرد بعض دقائق ثم يهز بورقة الورق ويترك السكره حتى تبرد تماماً .
  - ٨ - تقطع إلى شرائح رفيعة وترس بنظام في طبق مغطى بورقة دانتيل وتقديم للشاي .
- \*\*\*

## الكريمة بعصير الفراولة

### المقادير

٦ دطل فراولة مصنعة	٤ أوقية جيلاتين مذابة في ٣ ملاعق
٤ كريمة لباني	كثيرة ماء سكر ناعم للتحلية

### الطريقة

- ١ - تقبل الفراولة (حوالى نصف أونصه) وتنعل وتحفف قليلاً ثم تصنف بمصفاة ضيقة الثقوب أو منخل شعر ثم تكيل .
  - ٢ - تتحقق الكريمة حتى تقطط نوعاً وتضاف إليها الفراولة المصفاة ثم تحمل بالسكر على حب الرغبة .
  - ٣ - تضاف الجيلاتين المذابة وقلب الخليط بسرعة ثم يستمر في التقطip يعلوه حتى يبدأ في التجمد .
  - ٤ - يصب في قالب مبلل بالماء البارد ويترك حتى تجمد .
  - ٥ - يقلب القالب كما هو متبع في لاماسية الليمون .
  - ٦ - بعد قلبه تحمل الكريمة بوحدات من الفراولة والكريمة المخفوقة .
- \*\*\*

# هذه طرق النيل

## كن الدواجن الرَّاجِحُ الرَّوْمِيُّ

### التسجين

أولاً - لاحظي أن لم الأثني ألا  
في الطعام يكثير من لم الذكر .  
ثانياً - خير الرومي قابلة للسنة  
ما كان عمره بين سبعة وثمانية أشهر .  
ثالثاً - خير فترة لبدء التسمين هي  
آخر الحزيف أو أول الشتاء ،  
بشرط أن يكون غذاء التسمين إضافياً  
يتلقي به الطائر آخر التهار ، ولا  
صرفه عن الغذاء أثناء اليوم .  
رابعاً - قسمى فترة التسمين إلى  
ثلاث مراحل تتفق كل منها  
 أسبوعين ، وقدمى للطير في أولها  
 جوبياً آخر التهار علاوة على الغذاء  
 العادي .  
خامساً - قدمى في المرحلة الثانية  
 بسيطة من دقيق الأذرة والماء أو  
 شرش البين في نهاية اليوم أيضاً ، مع  
 مواساة التغذية بالمحبوب .  
سادساً - أوقفت التغذية بالمحبوب  
 آخر التهار في النصف الأول من المرحلة  
 الثالثة ، واستبدلتها بسيطة أخرى  
 ولم يكن قبيل الظهر ، مع الاحتفاظ  
 بسيطة آخر التهار . فإذا ما كانت  
 النصف الثاني أرغنى الطائر على ازدداد  
 كرات منابدة الحجم من نفس البسيطة  
 بعد خمسها في الماء ، وذلك طيلة التهار .  
سابعاً - لاحظي أتسا نوصيك  
 باستخدام البين لأنه يكتب القلم ياماً  
 وزيهده فلة ، وأتات لم اشر بالعزل عن  
 باق الدجاج كالتابع لما فطر عليه الرومي  
 من المفاز والذبول لو حجز وحده ،  
 وأن هذه الطريقة سترفع وزن الطائر  
 العادي حتى سبعة إلى ثمانية  
 كيلوغرامات .

الماء ، فإنما من الدخان  
 إليها ، ثم إنما من الشبة  
 بعد خمس دقائق ، وأخيراً تحريك  
 الجميع فوق النار لمدة عشر دقائق ،  
 كي تصفي منها في شفوق التخل لمدة ثلاثة  
 أيام متواتية .

٩ - أو تحضير المركب الآتي  
 إذا أعتبرت الجيل :

٣٠ جرام ميغة ، ١٠ جرام  
 كبريت ، ١٠٠ جرام شم ، ١٠ جرام  
 كلورور البوتاسي .

اسحق كل صنف منها على حدة ،  
 ثم اخلطي الجميع واعجنيها بقليل جداً  
 من الماء ، واعمل أقفالاً من المعجون  
 تخفف وتطف في ورق للاحفاظ بها  
 للسبيل . فإذا شئت استعمال أحدهما  
 فشكلي غلافة وضعيه في وعاء داخل  
 الفرفة المراد تعليمها ، وافلق المنفذ  
 جيداً بعض الوقت ، فتحتزل رائحة  
 المستحضر كل ما هناك من حشرات  
 وفي مقدمتها الغل .

### النيل والصحراء

#### الحمام الرشدي

هنا نحن الآن نقدم لك حماماً من نوع جديد عليك ، يضمن جسمك  
 ظفاته وسلامته . إجلس في ملتح فارغ وضعى أمامك طبقاً آخر  
 مملوءاً بماء بارد أو باء دافئ إذا كنت غير معتادة على الماء البارد ،  
 خذى ماء بمعقنة يدك ورشى ذراعيك ثم سدرك وظهرك وساقيك .  
 إدعى جسمك جيداً أثناء هذه العملية ولا تنسى أن تتنفس تنفساً متيناً  
 وعميقاً ، وأخيراً ادعى جسمك بقوه قدميك بالماء البارد ، ثقى يديك جيداً  
 ودللك بها جسمك إلى أن يخف . وقد ظهر أن التجفيف باليد دون  
 استعمال منشفة ينشط حركة الدم في الجسم . ويؤخذ هذا الحمام في  
 الصباح عند القيام من النوم أما إذا أخذ في الماء منع عن الإنسان  
 الأرق . ولكن لا يمكن الاعتماد على الحمام الشفوي وحدها تنظيف الجسم  
 لذا نصحك بالاستحمام مرة أو مرتين في الأسبوع بالماء والصابون .

#### فوائد كواراث الماء البارد

إذا أحسست استخدام الماء كان طيب أعصابك وأعصابك وكبدك .  
 فإذا كان كبدك كولا وبسبب الآلام ضعى عليه كادة ماء بارد في  
 الصباح وأخرى في المساء وأمركتها خمس دقائق يذهب الألم عنك .  
 وإذا كنت تشکين داء الإمساك ضعى في الماء كادة ماء بارد على  
 البطن ولديها بقاعة من الثانية مدة الليل ، تصفيين وقد زال عنك هذا  
 الداء أثقل .

عن على اعتاب الصيف ، حيث يبدأ  
 النيل سعيه في طلب غذائه لغرضه .  
 فهل فكرت في طريقة مجده لإيادته  
 هذا العام ؟

إن خير وسيلة تقدم عليك هي  
 إعراضك عن المستحضرات الطيبة  
 السامة حرساً على حياة الأطفال  
 والدواجن الطيبة في المسكن ، ومن  
 هنا أعرض عليك نحبة من سبل إبادة  
 هذا العدو العاتي ، حتى تنتق منها  
 ما يلائم حال حفظ الأغذية ، و مختلف  
 غرف البيت ، ووسائل تخزينه أو  
 اعتدائه على ما تخزنظين به . فهيا  
 وبادرى :

١ - بصب البنزول أو الماء  
 الغل فوق ماسكه .

٢ - أو استخدام أواتي مهمة  
 أو علب من الصفيح تحت أرجل  
 النائد والدواجن والثلاجات ، بعد  
 ملتها باء أو مسحوق طارد أو غذابين  
 أو غير معلن .

٣ - أو لف أرجل النائد  
 والدواجن بنسيج ذي وبرة عالية  
 تعرقل سيره وتزعجه عن التسلق .

٤ - أو إعداد قطع من الإسفنج  
 لفمسها في الماء المحلي بالسكر ، كي  
 تقدم للنيل ثم تمس وهو معها في  
 الماء المحلي .

٥ - أو تجهيز مزيج من  
 ملاعق طرطريك ، و٩ ملاعق سكر ،  
 ونصف ملعقة ماء ، لوضعها في طريقة  
 فقضى عليه .

٦ - أو إعداد أي شراب حلو  
 بعد دس قليل من الورق فيه لتقديمه  
 إليه .

٧ - أو تحضير مركب من جزء  
 واحد من حمض الطرطريك ، و٢٠ جزءاً  
 من العسل ، ليثه حول شفوفه .

٨ - أو غلى ٢٠٠ جرام من

طبعت في

مطبعة استيل

٧١ شارع قصر العيني - القاهرة

# لِسْمَى مُهَرْلَك

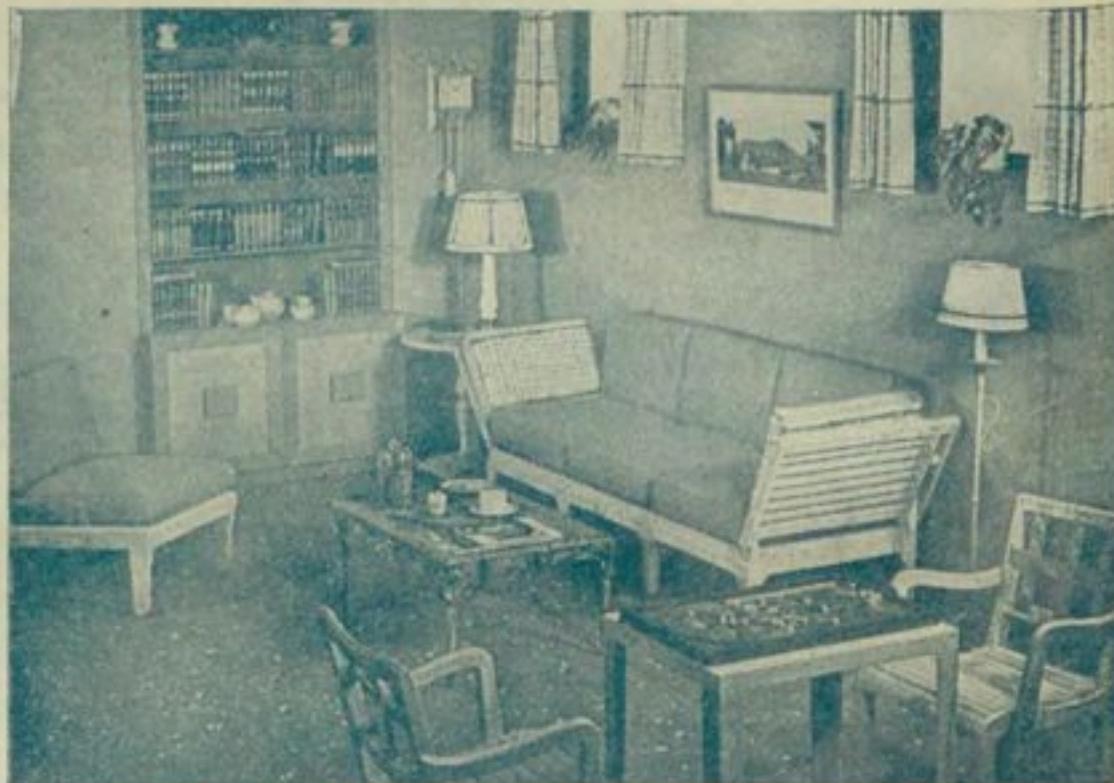


مناظر بعض الحجرات  
التي جمعت بين البساطة والذوق

فوق : غرفة نوم ذات سريرين .

للأعين : غرفة فيها أباب البهجة  
والليلة الرفيعة .

تحت : حجرة المائدة وتتميز بالجمال  
والمباهلة معاً .



وعلى كل سيدة أن تدرك أن  
غلاة الأثاث وضخامتها لا تقدم  
ولا توخر في نظام البيت ومظهره  
كما أن تكتدبس الأثاث  
يشوه معالم البيت ويعمله بسوء  
«كاراج» !!

لو اجتمعت البساطة والذوق  
ل maka البيت خلقاً جديداً ولهملاه  
آية من آيات الفن والإبداع ..

السيدة التي يصح لها أن  
تعلق عليها لقب «ربة دار كاملة»  
توخى الذوق في تنسيق منزلها  
وترتيبه حتى ليبدو جنة ينعم  
في علاها الآباء والأبناء على  
السواء ..



# إذا زاد وزنك عشرة كيلوجرامات

المديدة لنسي أنك جائعة وشربي من حين إلى آخر كوب ماء لنلهي معدتك الفارغة.

٦ - اذهب إلى المطبخ ومعدتك نصف فارغة وإن لم تفتق أشرب ماء ساخناً محل بالسكر قد عصرت فيه ليمونة حامضة . أو أشرب كوباً من اللبن الساخن .

٧ - لانشربي أثناء الأكل بل بين الأكلات .

٨ - امضفي طعامك جيداً . فالملفخ يقلل من الشهية .

٩ - زني نفسك مرة في الأسبوع على الأقل ومرة في اليوم إذا كان لديك ميزان . ومن المحسن أن تخصص هذه العملية ميعاداً تابتاً من ساعات الصباح وملابس واحدة حتى لا يؤثر تفلاها على الميزان .

طول حياتك . فإنها كفيلة بتحليصك من الشعم الذي يكون قد تكون إثر حفلة غداء حضرتها وانتظرت تحت الحاج الداعية إلى الأكل بدون حساب .

٣ - مارس بعض التربينات الرياضية خمس عشرة دقيقة كل يوم . وأعلم أن الباحة والننس وركوب الدراجة والرقص والمعنى السريع وصعود التسلق والجلون والأعمال التزلجية والاعتناء بالحديقة تهدىك كثيراً .

٤ - ادعك جسمك كل صباح بالماء الساخن والصابون ثم بالماء البارد .

٥ - اشغل نفسك بالأعمال التزلجية

اليوم . خذى نصف كوب كل ثلاث ساعات .

ج . أو عصير البرقوق . ست كوب في اليوم .

د . أو شوربة خضار ولكن بكبة أكبر .

ه . أو قهوة أو شاي على أن تشربها مع قليل من القشدة والسكر .

يمكنك أن تشرب ماء كاستين . ولماذا حل اليوم الرابع شعرت بأن

معدتك لم تعد تستطع احتواء كمية الطعام التي كانت تحتملها فيها ماضى .

والآن يجب عليك أن تسرى على نظام جديد للأن تعودى إلى وزنك الطبيعى .

## النظام الغذائي الثاني

ابداء من اليوم الرابع :

١ - نصف كيلو جرام من المكسرات مثل الحس والسماق والكرفس والمليون والبرجر والكرنفال والطاطم كلها ملائمة أو خضراء .

٢ - نصف كيلو جرام من الجزر أو البنجر أو البصل أو الملفت .

٣ - فواكه طازجة بكية معقولة .

٤ - كوبان من اللبن بدون فشدة .

٥ - بطاطستان ملوقات .

٦ - ملعقتان كبيرة من الزبد .

## كوني ذات إرادة حديدية

١ - عاهدى نفسك على تحفيظ وزنك . فاوسي الأكلات المفربة التي تتوضع أمامك على المائدة ولا تشربها بثانية ثلثاً تضيع على نفسك المجهود الذي قت به وانتظرت إلى إعادة الكرة مرة أخرى . كوني قوية الإرادة حتى ينطلب عقلك على جعلك .

٢ - حاول أن تشرب جسم معدتك

مرة في الأسبوع باتباعك النظام الغذائي الأول . وداوسي على أن تشرب ثلثاً كوب منه فقط طوال

إذا زاد وزن المرأة عن الحد الطبيعي بخمسة أو عشرة أو خمسة عشر كيلو جرامات تكون في حاجة ملحة إلى تحفيظ وزنها . فالشحم الزائد يتبعها ويضر بصحتها وإفراطها أكبر سنا ، التي ، الذي يؤهلها كثيراً . فعل هذه المرأة أن تتبع نظاماً غذائياً فاسياً كي تخلص من الشحم المكتسب عليها .

و « بنت النيل » تقدم لك هذا النظام بعد دراسة وافية ، وهو يفيد بنوع خاص النساء اللواتي تعودن أن يعلدن بطونهن حتى تنافخ فيتهلن . ولكن إذا كنت سيدة وكان أسلوك قليلاً فلن غيفي من هذا النظام ومن المحسن في هذه الحالة أن تنشريري طيبيك فلعل سنتك ناتجة عن سوء إفراز السكري أو الكلبين .

وكثيراً ما نرى بعض سيداتنا قد بدأن في اتباع نظام خاص من الأكل ولكن لا يلبثن بعد مضي يومين أو ثلاثة أن يتركنه ويمدن لل سابق عدهن من الفراهة والتم ، لقد تعددت معدهن بحسب حشوها بالأكل فأصبح من الصعب عليها أن تكتفى اليوم بالقدر الضئيل الذي لا يتناسب مع حجمها . علينا إذن أن نحاول إعادة حجم المعدة إلى ما كانت عليه سالفًا باتباع هذا النظام الغذائي الجديد . وكوني

والآفة من عدم ضرره بصحتك .

## النظام الغذائي الأول (رجيم)

يتبع لمدة ثلاثة أيام . هذه هي الوسائل التي يمكن أن تتبعها حسب اختيارك :

١ . لبن بدون فشدة . على أن تشرب كوباً منه كل ثلاث ساعات .

٢ . أو لبن فيه قشدة على أن تشرب كوباً منه كل ثلاث ساعات .

ب . أو لبن في قشدة على أن تشرب ثلثاً كوباً منه فقط طوال

# المساء غير صحي

حس الخبز بعد تقبيله إلى قطع صغيرة . ضعي على كل قطعة نصفة قليلة من الزبد ثم ضعي هذه القطع في صحن الشوربة ورشي عليها جوزة الطيب . أغلق المكان وملجئه . سي المكان على المفرز الموضوع في الصحنون . قدميه حالاً .

## مساء بالفول

ضع في قدر لترتين من الماء وتلأمه أربع كيلو من القول الأخضر ثم أضيفي على النار . ضعي القول واحتفظي بالماء . في وعاء آخر سجبي سين جراماً من الزبد ثم أضيفي إليها القول بماء سحقه واخلطيهما معاً وضعي عليهما بعد ذلك الماء الذي غليت به القول . ضعي الكل على النار مدة عشر دقائق وأضيفي ١٠ جرامات من السكر وقبل أن تقدمي الحساء ضعي فيه صفار ثلاث بيضات . حركيه جيداً أثناء تسبقه ثم قدميه على المائدة .

## مساء بالفول المفروم

يجب أن تمحضي الدقيق وحدة لجعل العاء سكة طيبة . ولكن تمجهزى حاء ثلاثة أشخاص ضع في حالة جافة تماماً ملعقة كبيرة من الدقيق . سخني الدقيق على نار هادئة ثم زيدي النار بالتدريج وحركي الدقيق بملعقة من الحشب حتى لا يلتصق في قعر الحلة . فإذا ما أصبح لون الدقيق في لون الذهب ضع الحلة تحت الحنفية وانجيها بحيث تنزل قليلاً من الماء . حرك الدقيق إلى أن يصبح عجينة ثم أضيفي إليها ماء حسب التزوم . أضيفي بعد ذلك على النار وضعي فيها الملح وأضيفي قليلاً من الزبد . قدميها على المائدة .

## مساء باللبن

الكميات : لتر من اللبن ، ملح ، جوزة الطيب .

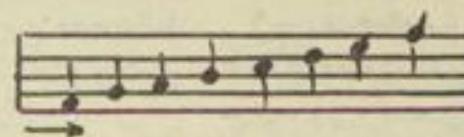
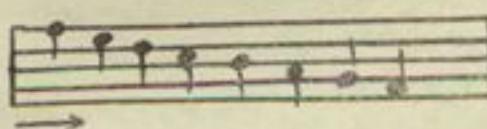
# الموسقي

أسماء النوتات — للأستاذ أحمد فؤاد عبد الرحمن

تعلمت من الدرس الأول أن مكان النوطة على المدرج يدل على نعمتها — فإذا ما وضعت نوطة ما على أحد خطوط المدرج فإنها تأخذ أسماء خاصة من الأسماء  
السبعة الآتية :

دو — سى — لا — صول — فا — مى — رى — دو  
DO — RE — MI — FA — SOL — LA — SI — DO

هذه النغمات تتكرر صعوداً أو هبوطاً مكونة سلسلة من النوتات صاعدة — Série Ascendante — إذا عزفت أو أنشدت ابتداءً من أغفلت نغمة إلى  
أحدنا — وبالعكس إذا بدأت بأحد نغمة وانتهت بأغفلت نغمة فإنها تكون سلسلة هابطة — Série Décendante — اقتصرى الشكل .



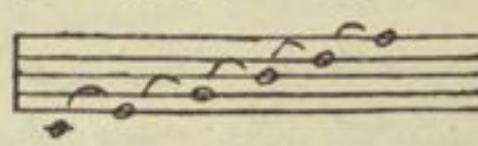
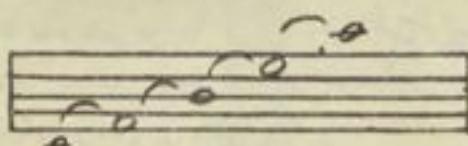
سلسلة هابطة

سلسلة صاعدة

ولسهولة بيان ذلك اقتصرى على البيانو فنجدى أن أول مفتاح بأقصى اليسار يعطيك أغفلت نغمة ثم تأخذ النغمات في الارتفاع حتى إذا ما وصلت إلى آخر مفتاح  
بأقصى اليمين فإنه يعطيك أحد نغمة في البيانو — فلو عزفت مبتداة من اليمين إلى اليسار فإنك تكون سلسلة هابطة — أما إذا عزفت من اليسار إلى اليمين  
فإنك تكونين سلسلة صاعدة .

## السلسلة الفافرزة

تصاغ هذه السلاسل بأن يبدأها مثلاً بالنغمة الأولى ولكن دون مثلاً تختطى النغمة التي تليها وهي رى وثبت الثالثة مى وعكنا — أو تتعطل نغمتين أو  
أكثر وثبتت ما بعدهما وهكذا — ولكن تفهمى هذه الطريقة اقتصرى الشكل الآتى أ و ب :



سلسلة فافرزة تكونت من ذكر  
نغمة وترك نغمتين  
— ب —

سلسلة فافرزة تكونت من ذكر  
نغمة وترك أخرى  
— أ —

## الحركات اللحنية

ما تقدم ذكره عن السلاسل الموسيقية نرى أن سير الألحان إما أن يكون متصلة — Mouvement Conjoint — وذلك إذا كانت النغمات متتابعة حسب  
الترتيب المعروف (دو — سى — لا — صول — فا — مى — رى — دو) وفي حالة تخطى بعض النغمات سواء كان ذلك متظلاً أو غير متظلاً فإن سير اللحن يكون متصلًا — Mouvement Disjoint

الأسماء التي ذكرتها لك للنوتات هي التي يستعملها الفرنسيون في النطق بها — أما الإنجليز فائهم يستعملون لذلك السبعة حروف الأولى من أحرف الهجاء  
اللاتينية . ولما كان ما هو متداول بين الناس من القطع الموسيقية مطبوعاً في بلاد مختلفة — فالجدول الآتى بين أسماء النوتات ومدلولاتها باللغات الإنجليزية  
والألمانية والفرنسية والإيطالية .

النحو	دو	رى	مى	فا	صول	لا	سى	دو	غرب
DO	RE	MI	FA	SOL	LA	SI	DO		فرنسي وإيطالي
C	D	E	F	G	A	B	C		المجليزى والالمانى

وفي الدرس القادم نبدأ دراسة الأوكتاف .

أَنْتَ أَعْلَمُ بِكُلِّ فِيْنِيْ مُحَمَّدٌ...  
~

نعم البيرة: استعمل بناسه البان الجعيل  
نعم مررود عليه نظف من العضت مبللة بـ  
الورود . ضعى مرة في الاسبوع كريماً  
سه الترميات المغذية واصطفاً  
طول الليل ..

ومن الالزام على الوجه  
مني في رأحة يدك  
كتبة الالزام المازمة .  
وبعد تحفيف وحرثك  
مني الالزام عليه  
وانزكيت المدة مني  
دقائق ثم اسمى  
الراية وبقطعة  
من القماش الناعم

٨- استعمال أصل المفرد  
فهذا قليلًا من الرموز على أسماءك  
ومني تدركه فقط على كل هند  
حسب تحمل الوجه ثم استعمال  
قليلًا من التأكيد بخط الرموز  
وللاختصار البعض الفريح فإذا  
آتى تعليميه أصل التفاصيل  
من النوع الذي يتحقق استعمال  
للمفرد ومهما يحصل انجمام  
في المعرف ..

**الاعتناء بالرفقة**  
**استعمال مارة الكرم**  
التي تُعمّنها على رجولات  
وتصدر ذلك ببيان قليل من  
أثيره ..

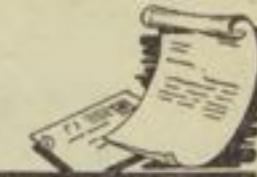
**لِفَوْرَمَةِ الْيَوْمِ :** إِسْلَامِيَّ بِطَاطِينِ سَلْفَادُورِيَّ وَإِنْجِيلِ  
فَرْقَهَا نَمْضَى أَى لَبَنِ تَجْمِيلِ دِعْمِيَّ لِيُونِدَرِ وَالْمُهَاجِرِيَّا  
بِنِ الْبَطَاطِينِ وَاسْتِدَارِ الْمَلَارْطِ . وَلِنَعْلَمُ أَصْرَارَ الْيَوْمِ  
أَرْفَى ذِرَاعِيَّاتِهِ مُعَدِّلَتِمْ اَفْعَلَكِ بِدِيلَكِ وَانْتَغِيرِيَّا  
بِحَيْثُ تَاهَسِ الْمَرَانِ الْأَرْصَابِعِ رَاهِنَ الْيَدِ عَدَّهُ مَرَانِ مَسَابِعِهِ  
كَرْسِيِّ ذِلَّاتِهِ تَهَدَّتْ مَرَانِ فِي الْيَوْمِ ..

**نَفْعَلِ الْمَارَةِ الْأَقْسَمِ سَهْلَ الْبَرَّةِ**

**أولاً** **الخط السريري**  
عمرني وجريك ليها ما، مغيل  
عتر قافيه عم اضفتى على  
الخط السريري بولطه ابراهيم  
والباقي . امسى وجريت يدريست  
محتر على سارة الكبيرة أولياء  
واني مضاف اليه يذكر بونتا الصورا



# بريلزير السن



## أ. ع. ، كلية الآداب

حرام أن يتضمن قبيان ربطتها  
أوامر الحياة والفراء لأن تزاعاً ثبت  
بين العائدين .. أعمل على إزالة أسباب  
الخلاف ، وفتك الله إلى ذلك .  
درية ماجد - الزقازيق

لا شيء يصلح قوامك سوى المشي .  
أكثري من المشي فهو رياضة مفيدة  
ترزيل ما في جسمك من عيوب . . .  
واحدنرى كل الخدر من تناول  
النشويات . . .

## عبد النعم رزق ، دمياط

عيون المرأة تقص حماها تضرر . . .  
وهي تخترن فيها كل ما عاشرك من سحر  
وجاذبية وإناء . . .

## درية . ر. ، الفيوم

لاتهبي يدליך في وجهك . . .  
فذاك يضر بالبشرة ويزيد في التهابها  
إعمل مكادات دائمة على وجهك كل  
يوم قبل النوم ثم دلكيه بكونه كريم  
وإذالم يذهب أثرها بعد شهر استثنى  
طبعاً خاصاً .

## سعاد . م. ا. ، الزقازيق

لأنه يرضى وجهك للشمس بمقدار  
الإمكان وقبل النوم يومياً خذى مقداراً  
من ماء الورد بقدر ربع فنجان فهو  
مع ربع آخر من ماء الأكوابين  
القوى ، وبالي من هذا المخلوط قطعة  
قطن وضعها عدة مرات على البقع  
الحراء ، وبعد ذلك ضع على وجهك  
كريماً . وإذا لم تحصل على الكريم  
انصل بالجلبة ترشدك .

## تفتية العطار ، درود

\* يفسد العرق ملابسي فإذا  
أفضل ؟

والكرم ودلليهما محركة العضلات  
جميعها ضاغطة على الأنفحة بأطراف  
أصابعك عمركة يدك من الكوع  
للى الكتف . . . حرکي ذراعيك على  
شكل دائرة وأعيدي ذلك عدة مرات  
تلاظطي تقدماً محسوساً بعد زمن  
قصير . . .

## ف. الرمل

أبلغ من العمر ستة عشر عاماً ،  
فهل لي أن أبهر أو أن أنتظر حتى  
حتى أبلغ سن الرشد ؟

للأسف لا يمكنني أن أساعدك  
فيما تدهعين إليه — فقد وصلني خطاب  
من والدتك في الوقت الذي وصلني  
فيه خطابك ، وهو هو نصه :

« أكون شاكراً لك على تضليل  
بالصح إلى ابنى أن تتعذر عن وضع  
آخر الشفاء على شفتيها أو على الأقل  
أن تخفف من أثره لأن أرى ذلك

يجعلها تبدو كبيرة السن » . . .  
ولأن أواهها فيما تذهب إليه وأرى  
وأنت في هذه السن أن تتعذر عن  
استعمال آخر الشفاء ولتها على حق  
لأنه يدولى أنها حريرة على أن  
 تكون جميلة وأنها تحكم على الأشياء  
الحكم الصحيح . . .

## ع. عبده ، أم درمان

إن سياسة « الوقت المناسب » أثبتت  
فاحشة في وقت لا تختتم فيه المهدود  
والوعود . . . إذا كان سادقاً في  
شعوره فليقدم . . . ولا . . . تجنبى  
الاتصال به .

## فاتحة بايوكي ، السنبلة

لقد ألم الله عليك بزوج مخلص  
وأولاد نجاه . . . فعلام الشكوى ؟ . . .  
اقنعني بما قسم الله لك ودعوك من تلك  
الأوهام . . .

ذلك على لبتك وبالتالي على صحة طفلك .  
انتظرى حتى يأتي وقت القطام ثم اتبعى  
رجباً خاصاً يتضمن تناول القواكه فى  
الصباح والمساء . . . والوجبات الخفيفة فى  
الغداء وتجنبي الحلوي والتشويبات . . . وإنما  
على ذلك يعتدل قوامك وتستعيدى  
رشاقتك . . .

## روز تكلا ، الوصل

صدرى صغير بالنسبة إلى جسدى  
فإذا أفلم ؟

عليك بالتربيات الرياضية فقد جربتها  
بنفسى وأزدادت حجم طبع صدرى لها استينة  
في شهرين . . . وقد تعلميت تناول  
بعض الأدوية التي تنشط غدد الصدر  
مع عمل مساج خفيف قبل النوم . . .  
وانظلي على ذلك تحصل على تائياً باهراً.

## بها رضوان ، دمياط

سأتزوج في هذا الشهر وأريد  
أن أعرف أحسن الروائع المناسبة  
يوم زفافى ؟

الطلور أنواع وأشكال وأحشيا  
شانيل وكرب دى شين . . .  
وعلى كل حال تخبرى النوع الذى  
يغضبه خطيبك . . .

## س . محزز ، القاهرة

إطار أغافرى اللحمي ينقطع ويتزز  
منه أجزاء تؤلى وتسلى منها الدماء  
من حين لآخر . . . فإذا أفلم ؟

ضى قليلاً من الفازلين عليه  
ولا تقصيه بالفون مدة شهر كامل  
واكتفى بدفع أمرافه إلى الداخل بخفة  
رضاصلام ، المنيا

جسنى معتملاً ولكن ذراعى من  
الأعلى سيمكان . . . فإذا أفلم ؟  
لن عليه منشفة مبللة بماء ساخن  
ثم ضع عليها قليلاً من البوترة

## م. ص ، بكالوريوس زراعة

اتخرج هنا الموقف كما هو . . . وبين  
هذا خطرك تلك المسائل معلقة . . .  
حاول التأثير عليهم وإنقاذها بشتى  
الطرق وسر في بناء عشك الجديد  
ونحن نتمنى لك كل سعادة وهناء . . .

## عبد العزز محمد ، كلية الهندسة

هناك نواد موسيقية كثيرة قاربت  
أحدوها في وقت فراغك . . . وللإباء  
مواهبك يمكنك تلقى دروس في الكمان  
من أحد المختصين في فصل الصيف .

## حارة ، القبة

لا تصارحي بمحبك بل دعوه يفهم  
ميلاً نحوه عن طريق غير مباشر . . .  
ولا تكوني أنت الباذنة بل انتظري  
حتى يطرق الباب واحدنرى كل الخدر  
من التهور والاندفاع . . .

## ف. م. م. ، القاهرة

لإزالة تجاعيد الوجه عليك بعمل  
مساج يومي . . . أغلب بشرتك جيداً  
بالماء الدافىء والصابون ثم جففيها ودلليها  
بخفة بزيت الزيتون النقي وراعى في  
حركة يدك اتجاهات الأنفحة والعضلات  
تفيسة ، مصر

احترمى زوجك وأشعره بمحبك  
وعطفك تكتسي محبه وإخلاصه . . .

## بائسة ، المنصورة

فتاك ما زال طالباً وأمامكما عقبات  
قد تتفس علىكما حياتك في المستقبل ..  
كوني واقعية .. ودعني قلبك جاتباً ولا  
تدعي الفرص تفلت من يدك . . . إن  
في استطاعتك أن تبعي الحب من رقاده  
لو أزلت من عقيدتك تلك الأحلام  
الخلفة حول فتاك . . .

## فبي على ، ابشان

لقد فسدت قوائى بعد الرضع ، فإذا أفلم ؟  
لأنه يطلع أن شير علىك الآن باتباع  
ظام معين لا كل خوفاً من أن يؤثر



# لُعَنُ الْفَلَكَة

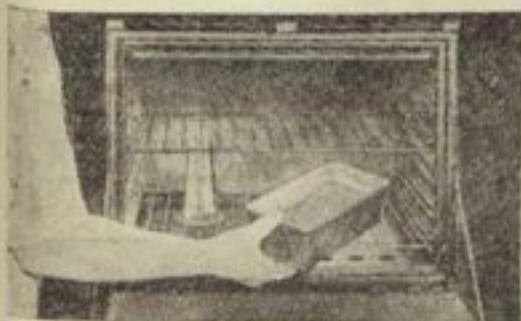
## طريقة تحضيره

إليك الطريقة مصورة ولا تنسى أن  
بحاجها متوقف على استعمال حميرة  
طيبة لتكون النتيجة طيبة.



فإذا فرغت من ذلك أصي المزيج في  
ال قالب المعد حتى تثبيه فقط كاً ترين

أضيفي الكرنخول واستمرى في الدفع  
حتى تصير بقاء هشة كا هو مبين بالرسم



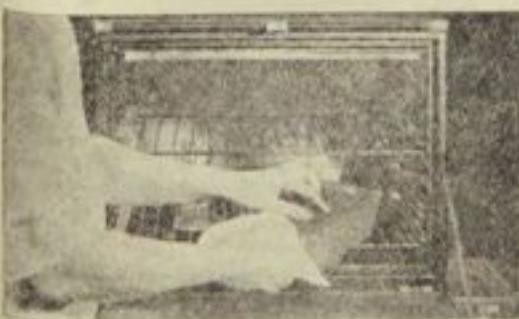
صبه في الفرن مدة عشر دقائق  
ثم هذئي النار حتى يتم التضي



أضيفي بعضاً وجزءاً من الدقيق ثم  
اليقطة الأخرى ثم باقي الدقيق وهكذا



حضرى المقادير الازمة قبل البدء في  
العمل لتسهل عليك العملية كاً ترين



اخبرى نفح الكعكة أولاً مع ملاحظة تمامك  
وسلطها واحذرى من ترك علامه للأصبع



أضيفي القانيليا وقليلاً من الملح إن احتاج  
الأمر حتى يتصير المزيج فابللا الصب



حضرى قالباً مستطيلاً من ٦ - ٧ بوصات يدهن  
بالسمن الداف وينعل قلبـه وجوابـه بالورق



إذا بردت تماماً فطعمها شرائح  
ورصيها كا هو مبين في الرسم



وبعد ذلك أضيفي الفساكة ثم  
الحميرة وامزجي الجميع مزجاً جيداً



ادعى الزيد جداً حتى تصير  
لبيـة كا هو مبين بالرسم

اشتري هذا العصير

نادى عصير الفاكهة بانظام  
 فهو يزيد في نضائرك  
 ويرى من عليه قيظاً  
 ..... الصيف

عَصِيرُ الْأَيَّمَوْنِ ...

فِي الْأَنْسُرِيَّةِ وَالْفَاتِحَةِ ...  
فِي بُرْجِيْنْدِ السَّنَةِ وَالرَّوْدِ عَلَيْنِم  
كَانَتْ بِزَرْبِيْلِ آدَمُ الرَّزُورُ -  
وَالْمُتَبَاهِيَّ بِالْمُؤْنَسِيَّنْ ...

وانت على اث طجي

تحتوى الفاكهة على  
ذاتان مقوية مضدية

رِعَاضِيْرِ هَا بِزِيدِ فِي دِمُوْسِك

وَكِبْرَىٰ فَهُوَ أَعْرَادٌ

أقبل الصيف  
فعالجني قيظه

عمر الأضخم ...

يُنْهَى إِلَى الْكَبَدِ وَيُنْزَعُ إِلَى الْأَرْضِ  
الْمَرْدَانِيَّ مَرْدَانِيَّ الرَّوْرَةِ  
لِرَسُوبِيَّ عَلَى اِدَادِ وَلِفَيْرَطِ  
تَنْفِي عَلَى الْبَشَرَةِ اِسْرَافِ  
وَظْلِمِ ...

عصير العنب ..

مُجَاهِدٌ لِرَفْضِهِ عَلَى صَيْغَةِ  
وَقِيَادَتِهِ كَيْثَ...  
وَصَوْفِ إِلَامَانِ وَالرَّوْسَاتِ  
وَالسَّنَةِ وَشَيْطَنِ النَّيَابَاتِ  
الْبَشَّرِ وَبَشَّرِ دِيَارِهِ...  
كُلُّهُ -

ما لا يغفر للمرأة؟ والعناد؟ والارهاد؟

أشبه بفيود ذهبية تعلم يدي وتحول  
بيبي وبين العصياني .. هلا كان الوقت  
لكي أحلم تلك الأغلال التي تقيد  
حرمي وتحمّد من استقلالي؟ ..

في الثانية والعشر بن

لقد صفت ذرعاً بهذه الحياة . .  
لأنهما لا يفهمان على الإطلاق . فكلما  
حاولت إفتعالهما رمياني بالته ووالله  
والقباء . . لأن ثائرة . . وسأحطم  
الأغلال . . وسأحقق العبودية . .  
ولأن أرضي بالذلة والهوان بعد اليوم !

فِي التَّمْرِينِ

كنت علة بشدة الشاب ..  
وقد أخذت الآن إلى الحقيقة والواقع ..  
لقد كنت أخسر من قوهما وكانت  
أصرب بتصالعهما عرض المائل ..  
ولكنني أدركت الآن كل شيء ..  
أدركت أنني كنت يلهاء مفروحة وأمهما  
كانا لا يغيّران إلا صالح .. أنا متهمة  
بنكران الجيل .. ولبني أعيش  
طويلاً حتى أجزيهم عن إحسانهما  
خيراً .. فهم يتحقق جديداً بكل محبة  
ونقدير ..

فِي الْخَمْرِ

رحم الله والدى .. فقد كانا أعز ما لدى .. لقد غمراني بعطائهما ورعايتهما ، وترعرعت في أحضانهما وكنتهما .. إن أشعر بأنى مدينة لها بمحياي ومستقبل .. فللتقدر قد أمهلي حتى أوفيهما حقهما وأجزهما عن أعمالها خير الجزاء .. إن الجنة تحت أقدام الأمهات .. فهـلا أدرك أولادى تلك الحقيقة؟ ..

هذا سؤال في نظر الآباء، لا يحتاج  
لكل جواب ، وفي نظر الآباء تحتاج إلى  
تفسير وتحليل وتدليل ...  
فالآباء يعتقدون أن حب أولاده أبدى

أذل . . لا تزال منه الظروف  
والأحداث . . ولكن متعلق الآباء،  
يتغير ويبدل . . ويتبدل معه مشاعرهم  
واحساساتهم . . وللي القراء شرحًا  
تفصيلياً لما يطرأ على هذا الحب من  
نقطات على مسالك السنن ! . .

في المغاربة عشرة ..

والدای .. ها أعز ما لدى ..  
لأنهما كل شئ في الحياة وفي الوجود ..  
ولولا لهما ما ستعلمت السير في تلك الحياة  
الصحيحة .. إن الحياة مشرقة  
بوجودهما .. وحيثما المقدس يعينك  
هنسى وتحفق له جوانحى .. إنها  
مفرغان عن الأختاء في نظري ولا بد  
من أن أنصاع لأوامرها ونواهيهما ..

في السادسة عشرة ..  
لأنهما يشر .. وليسا من الملائكة  
كما كنت أعتقد ! هذه أمي لا تكتف  
عن انتقادى .. إنها تذكر سقوى دائمًا  
بكلمة ملاحظاتها .. وما لوالدى هذه  
الأيام ؟ أراه يعيش كل رأسى ..  
وكان مذنبة أو مسيئة .. لن أغفر لها  
ذلك الأخفاء رغم حبه لها !!

فِي النَّاسِ هُنَّ عُمَرٌ فَ..

لقد نفذ صبرى من تلك الأساليب  
الابالية التي يتبعها معى . . ما أقبح  
تشبت الآباء وعسادهم . . هما يظنان  
أنهما على حق وكأنى دائمًا المخطئ  
والسيئة ! . . لست طالعة كما يدعون  
بل لعلى في بعض الأحيان أحسن منها  
تقديرًا وفهمًا للأمور . . إن حى لها

اللهفاظ بناءً للأمور في  
الوقت المحبب الذي لا يحتمل  
الذى يكون الرجل فى أزمة مالية  
شديدة لغسب لأن جوارب «بنلوون»

لن تستطيع الحصول عليها أو راتحة «جاردينا» الفالية غير موجودة في السوق، أو أن البلاد في حالة ثورة واضطراب ولا تستطيع الذهاب للسينما في المظاهرات.

عدم الاعتراف بالخطأ سرها

كانت مزنة وذلكر شئ ملاحظ عن  
كثير من السيدات  
اللائي يرين الاعتراف بالخطأ إهانة  
تخرج كرامتهن وتؤذى شخصيتهن .

على موعد في سينما أو حفلة فهى دائمًا  
أبدًا تعيد النظر في المرأة ولا تكتفى  
بالبودرة . ولا يخلو لها إصدار الأوامر  
لالماء أو الماءات التعليمية الطويلة  
إلا في الوقت الذى يكون زوجها  
المسكين في انتظارها أو مصاحبها على  
موعد معها يكاد يخون من طول  
الاستطالة .

يغفر الرجل للمرأة كثيراً من  
عاداتها المذمومة وبامتع بعض أغلامها  
الثالثة لكن أكثر ما يغضبه ويتآلم له  
ويسب له المتاعب والمشاكل كل إدانتها  
على الآتي :

**الغيره والغرس** من أقبح العادات  
القيمعة في المرأة .  
فهي لا يمكن أن تحفظ باحترامها  
لنفسها أمام من تفوقها جمالاً أو ملا  
أو علناً أو عللاً وتبدي من الأفعال  
ما يبعث على السخرية أمام الرجال .

وللمرأة المعاقة هي التي يتبعده عن الظهور  
أمام زوجها يظهر مثين بيل تحفظ  
يقتها بنفسها وتعلم أنها بإظهار الفيرة  
والحقد لفرعاتها لن تسال إلا اختصار  
الرجل وسخرية بيل يحب أن تحرص  
المرأة على أن تُمدح من تفوقها جمالاً  
وتعترف أمام الرجل بناتحة الحسن  
والجاذبية في الصديقة الجميلة حتى تكتب  
حبه وتثال وضاء وتنكب صداقته  
المساء .

الإعْتَمَادُ عَلَى الرِّجْلِ وَمَدِيرِهِ فِي  
مَسُؤُلَاتِ الْحَيَاةِ لَيْسَ أَنْفُسُ الْأَنْوَارِ  
الْمَرْأَةِ الَّتِي لَا تَسْاعِدُهُ وَتَعْمَلُ مَعَهُ فِي  
حَلِّ الْمَشَاكِلِ الَّتِي تَعْتَرِضُ طَرِيقَهُ وَهِيَ  
كَثِيرَةٌ . . . يَحْتَاجُ إِلَى زَمِيلَةٍ يَجْاْبُهُ  
شَدَّ أَزْرَهُ وَتَهْوَى عَلَيْهِ التَّابِعُ . . . وَالْخَطَا  
الْكَبِيرُ الَّذِي تَعْقَمُ فِيهِ سَيِّدَاتُهُ هُوَ  
الْوَقْوفُ مَوْقِعُ الْجَيَادِ وَعَدْمُ التَّدْخُلِ  
فِي الْأَزْمَاتِ الَّتِي تَعْتَرِضُ حِيَاةِ الرُّوحِ  
أَوِ الصَّدِيقِ مَعَ أَنِ الْيَاسِنَةَ التَّاجِعَةَ  
هِيَ سِيَاسَةُ التَّعاونِ وَالتَّأْزِيزِ ، فَالْمَرْأَةُ  
الْعَافِفَةُ هِيَ الَّتِي لَا تَنْتَظِرُ دَائِعاً مِنْ  
رَجُلِهَا أَنْ يَهْبِيَهُ لَهَا السَّعادَةَ وَتَبْغِلُ  
هِيَ عَلَيْهِ بَعْقَلَها وَمُشَارِكَتُهُ  
وَمُشَاكِلَهُ .

# حلاك!

تعت كل امرأة عن الرجل الذي  
سعدتها ويشع بموهها وبكل نفس  
وجودها . وظاهر شخصية كل واحدة  
، زوجها الذي تفضله على الآخرين  
شرف نسك وأخلاقك بنظرة فاحصة  
من نجس وتحمّس بهم من الرجال .

روبرت متجمد الذى ينظر للحياة  
نظرة جادة ولا يسرف في الهبو ،  
ويعالج دائمًا باحترامه ولا يسمح أن  
تهزئي بعاطفه لأنه جاد مخلص في كل  
ما يقول وفعل ، فأنت عادة فتاة مرحة  
لعموب تحبين حياة الملهو تعاملين دائمًا على  
أن يعيك أكبر عدد ممكن من الرجال  
وتوفيهن في حبائل هواك ثم تنتصرن  
وتقرن منهم وتبغضن عن الرجل الذى  
يختلف عن جهور العجائب والذى  
يتعاملك بتحفظ وكبراء .

والمرأة التي أكمل عقلها  
ونفع شفكيها وفتحت عينها  
وحيرت الرجال والحياة شعر  
ليل وإعجاب شديد لأمثال  
روبرت دونات من الرجال ،  
حيث يقرأ الإنسان في وجهه  
قوة الرجولة ومتانة الأخلاق ،  
 فهو يكتب محنة المرأة لا عن  
طريق الغزل الرخيص وكانت  
أشاء التي يهتم بها الرجال  
ويستهون في استعمالها  
لتفريح والتحليل من النساء .



الرجل العلیب القلب لدرجة كبيرة تکاد  
 تكون «عيلا» ، المحبول الذى يربك أمام  
 النساء ويلزم الكوت خجلًا وخوفاً منها مثل  
 روبرت ووكر تهوا عادة النساء القويات  
 الشخصية الالقى يعني عن الحمد ويردد زوجاً  
 لا يملك المرأة التي يخاصمهن بها على  
 أخطائهم أو يتداخل ويقف أمام مطاهم .



ومن يهون من  
 النساء أمثال ميك  
 روبي الشاب الرحيم  
 الفاتح الذى لا  
 يعرف من الحياة إلا  
 الهبو والطرب ولا  
 يقدر مسئليات  
 الرجال ، يكن عادة  
 بـ «لست إنسان



# لِكَيْ بِحَذَبِ النِّسَاءِ ..

أعلن سياسة النساء وطرق اجتذابهن هي من أحب الأمور إلى الرجال . . .  
أن ذلك يحتاج إلى فن وخيبة ودرأة ومعرفة بنفسي النساء وفهمهن . . . ولذا  
الفراء وصايا بعض الكواكب في هذا الشأن :

**يقول روبرت نايلور**

وصني للرجال لكى يوقنوا في عالم النساء أنّ يحبوا المرأة ويلاطفوها دون  
لسراف . . . فالمرأة قد تعجب بالرجل المرح الظرف ولكن لا تسلم قلبها إلا المفعول  
الصامت ، أو الأخرى الرجل التفيف الذي يظاهر بعدم اكتئانه بها ومحنة عنها هبامه بها .

**يقول سبنسر تراسى**

كن ذواقاً في ملوك ، محترماً في مظهرك ، إبقاً في حديثك وتصوفتك ، وابعد عن  
التكلف ، وأعلم أنّ أعصاب المرأة قابلة للاحتباس ، فلا تختد مع امرأة في أية مناقشة !



## خطك من الرجال !

لقد تذكر المرأة أنها تسعى لاجتذاب الرجل . ولكن ذلك لن يغير من الحقيقة  
التي تتلخص في شعف المرأة باجتذاب من حولها وإيقاعهم في جلائلها .  
ولكي يحققك الخطط في عالم الرجال عليك باتباع النصائح الآتية التي تسدّيها بعض النجوم  
إلى النساء ، وذلك على ضوء خبرتهن الطويلة . . .

**تقول سوزان بيترز**

الرجل مقلل صغير مدلل . . . يغسل إلى المدع والإمبراء . . . فأرضي نزعة غروره  
من حين إلى آخر وأشعره بأنه رجل أحلامك .. ومستودع آمالك ولا يغونك الإنتماءات



على حديثه . . . وقد تكون مهمة الإنتماءات عسيرة ولكن لا بد  
لذلك من إتقانها وإجادتها لأن أردت أن تفوزي بقلبه وجهه . . .

**تقول جرير جارسون**

هناك سباق بين الرجل والمرأة . . . فكل يسعى إلى الفحاق  
بزميه حتى إذا ما أدركه انتهى الشوط وختمت نار الحب . . .  
فاحرصى على أن يكون الشوط طويلاً . . . وامهدى له أن تظل  
السافة بينكما متقاربة متاعدة . . . حتى تشعذى نفسك وتدعها  
لأن معاودة السكر والفراء بين حين وآخر . . .



فَلَكَهُ عَلِيٌّ

الشام

بعد الشمام من فواكه الصيف لما  
عرف عنه من ترطيب الجسم وإطفاء  
العطش .  
وهو أقل الفواكه جيئاً في اعطائتها  
الجسم حرارة فربما تعطي المائة جرام  
من الشمام ١٢ سيراً غذائياً يعطيتين  
٧٠ سيراً وبعطي الموز ٦٣ سيراً  
والتفاح ٤٤ سيراً ..  
والشمام فقير نوعاً ما في الفيتامينات  
ولا يحتوى منها إلا على فيتامين ج (C)  
ولذا كان عادة مهماً في تغذية الجسم  
من آثار المخوضة بالبول ( وهي افتقار  
الدم إلى الترواد الفلورية ) .

ويترك الشمام من ربع لتر / .٩٢٪ ماء،  
٧٪ مواد سكرية ، ٥٪ مواد معدية منها  
بروتين، ٣٪ مواد كالسيوم ..

ولقد نعم أغلب أطباء العرب في  
القرون الوسطى على هذه الفاكهة  
واعتبروها محببة للربيع المزمعة والمغصنة  
الشديدة اللذين يمددان بالفترة الخصبة كما  
ادعى النباتي العربي ابن البيطار في  
القرن الثالث عشر أن عصارة مضر  
بالصحة .

غير أن علماء القرن الماضي والحاضر  
لم يروا فيه ما رأوه أسلافهم بل عرفوا  
عنه علاجًا مفيدًا لتحليل الأورام ومنع  
الإنتشار، لكنه

ويؤكد الدكتور « راجنبرج »  
الألماني أن الشمام الخام النضج يفيد  
عاماً الصابرين بالإمساك المزمن والبواسير  
والحموات الكلوية ..  
كما أشارت جريدة « البعث الغذائي »  
الأمر بحكمة Journal of Food Research  
إلى تفاعليه لتطهير الإفرازات  
الصدرية وعلاج الروماتزم ..

ولك تنق شامة حلوة عليك باتباع  
نصيحة العالم الإيطالي Castore Durante  
إذ سرخ لخادمه Martin طريقة اختيار  
النوع الجيد من الشمام فقال « يجب أن  
يكون مستطيلاً مقبلاً إلى أقسام متساوية  
أصغر فاقعاً قليلاً صلباً وإذا هزته  
اليدان عيناً ويساراً بدا تحريكه صلباً  
وبيض منه رائحة الفرفة ». .

ويقول بعضهم إن الشمام عرف في مصر منذ عهد الفراعنة الأول وأول من ذكره هو العالم اليوناني «بيوناس» في كتابه «المهد القديم» وقال إن قدماه المصريين استخدموه في معالجة الأمراض، ويقول الدكتور داعوك إن بنور الشمام تستعمل في أغراض طبية بالහند والشرق الأقصى فهي تختوى على ٣٠٪ زيت مجدد للقوى الحيوية وملين للقناة المضدية ..

طاهر مسیم رضا

المهندس بوزارة الزراعة

إلى ع. ز. ش  
بازماليك

نعن بانتظارك في الجهة الساعة  
١١ صباح السبت ٤ مايو  
بنت الليل

# المُرَأَةُ

تألیف مہجہ سلمان

جريدة يكழب بالإنجليز  
وبيانية دوستة الفتن

## بحث اجتماعي لكل ما يتعلّق بالمرأة من بدء الإسلام .

المن . ٤ قرشا  
ويطلب من مكتبات النهضة  
والأنجليز والهلال .



# إلى الانقياد ... !

اِنْتَاج الْشَّبَرَادِيُّ

## تبلیغ بحثات شیکو ہل الکسری

## خطاب مفتوح

### إلى المرأة المصرية ..

من وراء البحار .. أبعث إلى المرأة المصرية بأحر أشواق وأجل تحياي .. لقد قضيت في مصر بضعة أسابيع .. استرعى ناظري خالها جمال المصرية الفاتن وسحرها الخلاب .. فهي قد تربعت على عرش الجمال لما لديها من عيون إسوداء جذابة .. وروح صرحة خلقة ..

ولكن هذا الجمال الساحر محتاج إلى صقل .. حتى ينصب في قالب فلن جذاب يبرز محاسنه ويروضها .. ولأن وقد انتهت الحرب أضحت أساليب التجميل الحديثة في متناول كل سيدة .. وستفاجئي محلات التجميل في العالم بأساليب مبتكرة في هذا السبيل ..

فلا تقنعى بأسيدقى بما وهبته الطبيعة لك من سحر وإغراء .. بل لا بد من استكمال تلك المخالص وإبرازها .. ولا بد من أن تستعمل المستحضرات الحديثة التي تزيد في فتنتك وجاذبيتك .. ولمل أول النهائى التي أسدلها على المصريات هي مكافحة التضخم الجسدى إن صح التعبير .. فالسنة تهدى منظرك وتتقل حركاتك ومشيتك .. فاحرصى كل الحرس على أن يكون قدك نحيلةً وابتعى لذلك درجها خاصاً فى ما يأكلك متىئبة على الإطلاق كل المواد الدسمة والدهنية .. واعتنى كل العناية ببشرتك فهى تاج جمالك ورمز فتنك .. واحرصى على تنظيفها بالكرعات والمستحضرات الخاصة بذلك .. واعنى أن وضع التوالت واختيار الألوان فن يجب أن تتدرب عليه كل سيدة حرفيصة على أناقتها وجاذبيتها .. فاعمدى إلى تغيير الألوان المناسبة لبشرتك وضعها في حكمة وإنفان حتى لا تظهرى كاللومياء أو الدمية ..

ذلك هي نصائحى لك عبها أن تكون موضع عنادك واهتمامك وأرجو أن أرى نتائجها الممدوحة في زيارتى القادمة ..

ولك أجمل تقديرى ..

نامارا سيفنر

ممثلة إلزابت أردن ..

### جمعية أصدقاء الشعب

ستقيم حفلة ساهره في ٩ مايو ١٩٤٦ الساعة ٩  
مساء بالأريزونا تحت رعاية حضرة صاحب الجلالة  
الملك ، لصالح المؤسسات الخيرية بالقاهرة

**كوفي**  
يرسل لك من فرنسا  
بودرت وعطروره

Cafe

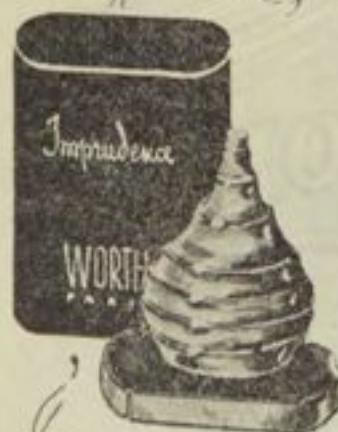
وهودا مثاق الطبيعه يسره ان يكون أول من يخدمه  
ذباشه المصريين

«لاهو»  
السوتيلان المفضل

بائع في جميع  
المركت الكبير



لقد انفتحت الحرب بالنسبة لنا لكن  
السيدات لأننا نجد في محلات  
فانيتي "بامكو" **آلاف الأصناف**  
التي كانت تتفقنا أثنا، الحرب مثل  
الفساتين - البلوزات  
حقائب اليد - المجوهرات  
الأزهار الصناعية - علب البو درة  
علب السجائر - بيجamas البلاج  
الذشارب - العطور  
وغير ذلك من الأشياء



محلات فانيتي "بامكو" ٣١ شارع فصر النيل  
لاتنسوا ذكر اسم "بنت النيل" عند  
نشريفكم محلاً لنعمتى بكم عنانية فائقة

Bamco

vanity  
shop

## بسم الله الرحمن الرحيم

تبارك رب العالمين

توله

المقادير  
١٠٠ جرام زبدة ، ٣ يغاثات ، روبل . ثم يوضع قشر البرتقال وباقى الدقيق . وبعد ذلك توضع هذه المكونات في قالب تورته مدهون بالزبدة والدقيق وترسل إلى فرن معتدل الحرارة . خبيرة روبل ، قشر برتقالين .

الطريقة

يخرج في قدر سكيد أو في ماجور الزبدة والسكر وخفقان معًا حتى تصبح كالكريما . ثم يضاف اليدين واحدة فواحدة وكذلك الباين شيئاً فشيئاً

كر بما البرتقال

المقادير  
٢٠٠ جرام سكر مسحوق منغول ، ياض يغاثين مخفوق بشكل كريما قوية ، قلب برتقالة وفشرتها .

الطريقة

يخرج بعجة الكسر مع ياض اليدين وبضاف قلب البرتقالة — عصيرها وفشرتها — وعنده ما تبرد التورته المذكورة آنفاً تقطع إلى نصفين مستديرين وتوضع بينهما طبقة من هذه الكريما « خبيرة » وينظر المزي الأعلى من التورته بما يتبقى منها ، وكذلك الجوانب .

البسطة الملفوفة بالألماظية

المقادير

١٢٥ جرام سكر ، ٥ جرام خبيرة روبل ، ١٠٠ جرام دقيق غرة ١ ، ٣ يغاثات ، ملقطان كيرتان من الجيلاتينا المستخرجة من عنب [راجع الإعلان المنثور في أسفل الصفحة]



حضرات المحترمين س. بنتو وشركاه (خقاء) — م. ل. فرانكوه وشركاه  
٢٦ شارع قصر النيل بـ مصر

أرجو أن ترسلوا لي كتاب وصفات الكعك والفطابير مجاناً

الاسم

العنوان

البلد

مجاناً  
اقطعوا الكوبون المجاور  
وأرسلوه حالاً إلى:

س. بنتو وشركاه (خقاء) — م. ل. فرانكوه وشركاه  
للحصول على كتاب وصفات الكعك والفطابير الذي  
أعدته مصانع خبيرة روبل

# "بنـتـ السـيلـ" بـيـنـ زـينـ

الأحجار الكريمة		الألوان		ال أيام		Tاريخ الميلاد
غير المناسبة	الماء	غير المناسبة	الماء	غير المناسبة	الماء	
الماس والمرجان	الياقوت	الأزرق المخضر أو الأخضر المزرك	الأخر	الجمعة	الثلاثاء	من ٢١ مارس إلى ٢٠ أبريل
المعيق والألوؤ	المرجان	الأخر الفامق	الأخضر	الثلاثاء	الجمعة	من ٢١ أبريل إلى ٢١ مايو
العقيق	الزمرد	الأزرق الفامق	الأخضر الفاتح	الخميس	الأربعاء	من ٢٢ مايو إلى ٢١ يونيو
المعيق	اللؤلؤ	أو البنجي	الأسود	السبت	الاثنين	من ٢٢ يونيو إلى ٢٣ يوليه
المرجان	الكريمان	الرمادي والأخر للائل إلى البنفسج	الأصفر النهبي	السبت	الأحد	من ٢٤ يوليه إلى ٢٣ أغسط
المرجان	حجر الدم	الأزرق	الأخضر الفاتح	الخميس	الأربعاء	من ٢٤ أغسط إلى ٢٣ سبتمبر
الياقوت	الماس	الأخر	الأزرق المخضر أو الأخضر المزرك	الثلاثاء	الجمعة	من ٢٤ سبتمبر إلى ٢٣ اكتوبر
الزمرد	اللؤلؤ	الأخضر	الأخر الفامق	الجمعة	الثلاثاء	من ٢٤ اكتوبر إلى ٢٢ نوفمبر
الكريمان	العقبق	الأخضر الفاتح	الأزرق الفامق	الأربعاء	الخميس	من ٢٣ نوفمبر إلى ٢١ ديسمبر
اللؤلؤ	العقيق	الأبيض	الأسود	الاثنين	السبت	من ٢٢ ديسمبر إلى ٢٠ يناير
الكريمان	المرجان	الأصفر النهبي	الرمادي الفامق وألآخر البنفسجي	الأحد	السبت	من ٢١ يناير إلى ١٩ فبراير
الماس	المرجان	الأخضر الفاتح	الأزرق	الأربعاء	الخميس	من ٢٠ فبراير إلى ٢٠ مارس



حياة امرأة نعمها المأمي ..  
أب محروم يريد أن يتعرّف عليها  
وشابها .. شيخ فان يغرس بها ..  
مواقف يمثل فيها الرعب والتردد  
ذلك هي الأدوار التي تقوم بها  
كوك الشرق فاطمة رشدي في  
قصيدة من أعظم قصص الموسم

## غرام الشيوخ

بالاشتراك مع منى فهمي ،  
معي شاهين ، فؤاد شفيق ، قام  
بآخر أدوارها الأستاذ محمد عبد الجاد  
لشركة أفلام الشرق وهي تعرّض  
حالياً بنجاح عظيم

بسيناها أورا بمصر



وقد أجرينا سجناً بين الإجابات  
الصحيحة .

فرحمت الجائزة الأولى وقدرها  
جنيه مصرى واحد حضرة إحسان  
جاد محمد ٢٧ شارع أنسى شبرا الفاهرية  
وربحت الجائزة الثانية وقدرها  
خمسون قرشاً مصرىاً حضرة حسنا  
الصغير بمدرسة دوحة الأدب دمشق  
سوريا

وربحت الجائزة الثالثة وقدرها  
خمسة وعشرون قرشاً مصرياً حضرة  
روز أمين أبو صالح ٤٥ شارع القاضي  
باب عمر باشا الإسكندرية .

كوبون مسابقة العدد ٦

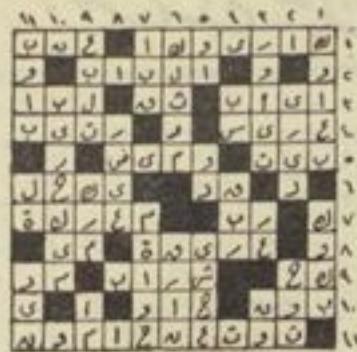
اللّام

العنوان

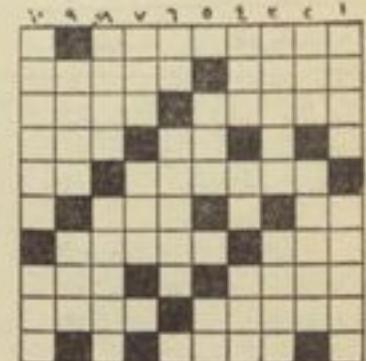


تشرف سعادت شبکو بیل الکتبی با عذر عن میزدات زیارتیها الکرام  
ان مستوفیات البیان این قدر داشت لیوا سه اتفاقیع  
فاطمہ بوسد النبیین میں کہ ان تقدیر و احسان افسوس فی قسم «البیان»  
اردن کے پیغام نہ لےوا بالآخر لسب طلباء اسلام  
هذا سعی العالم بیان باب القبلہ بر سائل المقلة مفتخر لاجمیع  
ج ۲۶۴۶

## حل مسابقة العدد الماضي



٢ - خيال - عزبة  
 ٣ - أساس مضحكة -  
 شعب شقيق  
 ٤ - أدنى بلقة ابن البلد -  
 راية أو ربعة - أراد  
 ٥ - فتوان - موجود في  
 الفهودة



۱۷۴

- ١ - عاصمة هاوای  
 ٢ - شعب بلا وطن - من  
 ٣ - ضد خيانة - فرقه من  
 ٤ - إعجاية - يقال إنه حشرة  
 ٥ - أصنفت طيارة أصبحت شيئاً  
 ٦ - أثاث عرفتك  
 ٧ - أنيس - حزروني  
 ٨ - الفعل والمفصل - جمع دار  
 ٩ - عالم وطبيب يوناني عاش  
 ١٠ - قبل البلاد - ثقب بالمقرار

شروط المساعدة

- ٦ - صبر — مطر غزير  
 ٧ - نصف رأس المال — رضيع  
 ٨ - ما تفعله الأرض حول  
 نفسها و حول الشمس — نوع  
 الكلمات المفاطمة «  
 الفرق » مسابقة  
 ٩ - زملاء — أوصى  
 يرافق مع الحل كوبون المسابقة .  
 ١٠ - يقطن جنوب غرب بلاد

الخواص

الجاثرة الأولى : حنة مصمم

الثانية : أصف حنه

- ۱ - وله واشتباق - ضد وجایزتان کل منها خس  
منبع وعشرون فرشاً.

رأسي

جَمِيعَ الْأَرَأَةِ الْجَرِيَّةِ

ستفتح الجمعية مكانها الجديد ١٩ شارع قصر النيل  
في تمام الساعة الخامسة من بعد ظهر الخميس ٢ مايو ١٩٤٦  
حيث تقام معرضاً لجميع أنواع البالات وما إليها (Lingerie).

المرجع

علاج هذا المرض من شأن الطبيب  
وسيجح أن الطب حتى الآن لم يوجد  
علاجاً خاصاً فعالاً له ولكن المخطوم  
الرئيسية للعلاج تسير وفق الآتي:  
أولاً — من كل تقنية بواسطة  
الغم فيما عدا الوسائل لمدة معينة يقدرها  
الطيب .

ثانياً - العمل على رفع مقاومة  
العقل وحفظ فوته وحرارته ب مختلف  
الوسائل .

ثالثاً — توعية الطفل عن السؤال الكثيرة التي ي/questions بها في النهاء والإسهاب وذلك بمحاربة المفرط أيضاً.

رابعاً — مقاومة المحيط للمواد  
المائية للدورة الدموية .

وعلی كل حال فعل الأم الا توانی  
إطلاقاً في عرض ملئها على الطليب فـ  
أول إصاته بأعراض المرس مهباً بدت

بیعتہ لیاشر علاجہ کا ینبعیں۔

او يشكوا من اضطرابات في جهازه  
ال Респئري .

الرواية

ما أسلنا من حفائق قبلاً حول  
هذا المرض نستطيع أن ترى أن الوقاية  
منه تتلخص في عاملين رئيسيين على الأكمل  
أن تضمهما لصعب عينها .

الأول — النظافة ويعجب أن  
ننفط على هذه الكلمة بكل ما فيها  
من قوة ونظافة المأكل ونظافة الملبس  
ونظافة الوسط الذي يعيش الطفل فيه  
لو توفرت لكاتات جيماً خير وفاية  
ل الطفل من هذه « الكولييرا » الخبيثة .  
الثاني — التغذية الطبيعية أى  
الرضاعة من الثدي تبعد عن الطفل  
كثيراً احتلال الإصابة بالمرض ، فهذا  
لو توفر الأم لطفلها هذا السبيل الطبيعي  
لتغذية بدل الركون إلى التغذية الصناعية  
دون مبرر قوى يحملها على ذلك فإنهما  
 بذلك تعطى لطفلها فرصة في حياة  
 صحية .

الطفل عند فتح العين وتسهيل تصرف  
الصديد من العين أثناء الليل .

وأما العلاج فيكون من الغسيل والمس والقطرات والمرام وأهم شيء في العلاج هو الغسيل الشمسي حتى تزال الإفرازات و يجب أن يكون الغسيل متعدلاً ولذلك نجد أن غسل المثانة عجلول البويريك المركز من أضر الأشياء بالعينين لأن حوضة المحلول الشديدة تقتل الخيرية الخصوصية التي توجد دعادة في الدموع وتقتل الميكروبات و يجب على الأهل أن يبادروا بعلاج الطفل فنع الرمد في أول الأمر من أسهل الأمور وأما تركه ولو ل يوم واحد فمن الخطورة يعkan كبير إذ أن الفرجية سريعة التأكل فتسوء العادة وبعذر العلاج .

وقاية العيون في الصيف

١٠ بقية المنشور على صفحه

ولذا حصل شك في تأثر الملحمة  
فلا بد من غسلها بعمالو مطهر مثل  
كلوريدات الزئبق ولذا كان التلوث  
يعكر روبر الجنون وكوك فيجب منها  
نزعات الفضة .

وحب غسل اليدين والثنايل  
والناشف وكل ما يمكن أن يكون  
مصدراً للمدوى وحرق الفعلن للتلوث  
حق لا ينشر الرمد .

أنداء أمهاتهم والآباء من يتناولون  
المذية مداعنة من الخارج ( فعلم  
الأمهات يحرصن على لبسهن كفناه  
لأملاقيهن ) .

٤ - أكثر ما يكون هنا المرس  
انتشاراً في أشهر الصيف ويساعد على  
انتشار الحرارة المصحوبة ببرطوية أكثر  
من الحرارة الحادة .

؛ - الفساد والفسق عاملان  
رئيسان في نصر هذا المرض ، فعل  
الأم أن تغرس على نطاقة طفلها  
وطلاقة الفتاء الذي يتناوله جهد طاقتها.

هـ — ينتصر هذا المرض بشكل  
ويافق في كثير من الأحيان وفدي حل  
هذا رجال العط على الاعتقاد بأن  
الله قادر على إزالة كل مرض

هناك «ميرروبا» خاصة تغير هذه الوباء ، لكن البعوث المدينة التي أجريت في هذا الصدد لم تأت بنتائج حاسمة حتى الآن .

٦— ويساعد على الإصابة به أن يكون العقل ضعيفاً أو معتل الصحة

الاسئلة الصيفية

١٠ صفحه علی المنشور

و مختلف علاج الرمد على حسب نوع الميكروب ولكن هناك بعض الملاحظات العامة التي يجب على الأم معرفتها فثلاً لا تربط العين المريضة بالرمد الصديدي أبداً ولا تعالج بمكبات الشاي وبذر الكتان والعيش وما شابه ذلك من الأشياء الضارة ، بل يجب ترك العين معرضة للشمس والهواء فإن ذلك يساعد على تبخر الدموع فتنخفض حرارة الملتحمة تحت الدرجة الملائمة لنمو الميكروبات مما يساعد على إزاحتها ولاحظت دائماً أن كل العيون تتهيج بعد ربطها لأن الرباط يرفع حرارة الملتحمة فتوالد الميكروبات فيها كأن الرباط يمنع تصرف الصديد مما يساعد على تآكل الفرنية بالفرح .  
ولذا كانت أعراض التهيج وحساسية الضوء شديدة عند الطفل فيجب وقاية عينيه بوضع غلالة ملونة رقيقة على الوجه . وقبل النوم توضع قطعة صغيرة من المرهم المطهر بين الجفون حتى لا تنسق بعضها في الصباح وتؤلم



اطلبوا مستحضرات

رواية  
فونيم بلو - كوكيل  
باه كولونيا  
ايندين  
ريشا  
فونيم بلو  
لوبرنات. سنت نيرن تجيز

تابع في جميع المحلاطات الكبرى

## التسنين في نفس الاتهام

[نبأة المنشور على صفحة ١٠]

٥ - لاتهاج الإنسان ياصاحي  
بتل هذه القسوة . فهناك قوم ملكيون  
أكثر من ذلك أنسقوك وكرموك  
و قالوا إنك مسئول فقط عن ظهور  
الأستان التي لها علينا فضل مضغ الطعام  
ويجب أن تشفع هذه المدرسة للمدرسة  
التي تلخص بك آلاف التهم التي أنت  
منها بريء . ولكن دعني أقف يائسكم

موقف الحكم العادل فأقول إنك لا يمكن  
أن تذهب مرضاً يرثى إلى تعريض حياة

الطفيل لخطر ، فأنت لا تسب مثلاً  
نزلة مموجة حادة أو التهاباً رئياً  
شعيًّاً أحداً ولكن قد تسبب ضعفاً مؤقتاً  
في مناعة الطفل ضد مختلف الأمراض  
تجعله أكثر عرضة للإصابة بها أثناء

بروز الأستان منه في وقت آخر . فكان  
الشق الذي تحدثه في اللثة حال خروجك

عنابة نمرة في الدرع الواقع تفزع خلاها  
المتراتب للجسم حتى تتمو وتتضرر  
وتسكار . وعيك ياصاحي أنك خط

دفع أول واء لا يليت أن ينهار أمام  
أخف الصدمات والهجمات . يعتمد عليك  
القوم في تراخ وتناسل وأهل فسرعان  
ما يكتشف صفاتك ومحظياً ما أنت

الأمهات بأمهاتهم في النزع الأخير

لأنهن تملقن بالأمل الكاذب الذي

هو أنت .

٦ - ودعني أهسمها في ذاك  
حتى لا يسمعها أحد ! إنك تسبب  
أحياناً بعض المفاسد ، بعض الأمصال  
ترتفع حرارتهم قبل ظهور السن لمدة  
قصيرة لا تتجاوز اليوم الواحد ،  
وبغضهم يصابون بزكرة خفية أو

أو هرش جلدي يذكر مع كل سن  
حين بروزها خلال اللثة . هذه

مفاسد بسيطة عابرة أين منها  
الأمراض الخطيرة التي ياصفونها بك ،  
ولكتها قول الحق على أي حال ،  
وهي لن تضعف مركزك في القضية  
فتخليها من دون سخط .

٧ - إنني لأنعد إهانتك عندما  
ذات يوم قبل سفره بأسبوع واحد  
خرجنا معاً لغراء بعض الحاجيات  
وأخذ نفس على الطريق قصة زواجه  
الذي أرغمه عليه والده . أخذ يصف  
لي السنوات الستة التي قضىها مع  
زوجته التي لم يستطع أن يتلقاها معاً  
ولذلك مع هذا كله كان حريصاً كل  
الدرس على لا يحملها وزر عدم  
توفيقه . ثم تكلم طويلاً عن ابنه فرد .  
وأكمل أستمع إلى هذا الحديث بلدة  
فترة واهتمام شديد . وأخيراً رجاني  
أن أسره على راحة أمه وابنه .

ومن جاء يوم الرحيل ذهبنا لودعه  
إلى الحضلة . وقبل أن يتحرك الفطار  
أقبل على والدته وابنه فما تكلما عنفأ  
طويلاً . ثم مال إلى وطبع على وجهي  
قبلة ارتعشت لها فرائصي وسررتني إلى  
الأرض إذ أتني لم أكن أنتظر منه كل  
هذه العناية ...

أخذت الرسائل ترد من فرانكليف  
يسألني فيها عن صحة أمه وابنه . أما أنا  
فأكملت كلاماً اخترت إلى نفس سأله  
عسى هذا السؤال : « هل قلب ليبر  
لي عن شكري ألم » .. لم أكن  
أتلبي طلب القلب لا يعرف الحقيقة .  
وعملت في يوم من الأيام أن  
الوزارة كانت فرانكليف بهمة رسيبة  
في الهند على أن يسفر إليها في الرياح  
القادم . فصعدت لهذا الجبل إذ شعرت  
بأنني لن أتحمل فراق فرد . ولكن  
قد قدم والدة فرانكليف إلى المدينة التي  
تعيش فيها جعل الأب يوافق على بقاء  
ابنه مع جدته تلك أن يعود . أما أنا  
فقد ارتعشت كثيراً لهذا الحال الذي أبق  
لفرد ولو أنه لم يعد يقطن عندنا بعد  
بعي ، جسدهه واسـتعارها متولاً  
بالقرب منا .

وكلا افترب موعد سفر فرانكليف  
شعرت بأن حبي له يزداد يوماً عن  
وما لبثت أن شعرت أني بين ذراعيه  
ورأسى على كفه . فأخففت عيني حتى  
لا أرى إلا السعادة التي تكتفي وحق  
لآخر إلا بعراوة جبه .

## على الطريقة الأمريكية

[نبأة المنشور على صفحة ٣٠]

ويم العقل أن يثور على هذه النفس  
المغيرة الأمارة بالسوء ، ولكه ربع  
القهقرى مع النفس وأمن برأيها لما  
ذكرته بالجنود الكبيرين جداً الذين  
قطعوا أحذيتهم وكان كل ما يدفعه  
الواحد منهم ، ركلة قوية من حذائه  
الضم الخصم أو سفنة أو لقطة من هذا  
الباب المحفوظ على أنته ..

وгин اتهاها - النفس والعقل -  
على رأى واحد ، كان الغلام قد دخل  
 محل البن البرازيل من إحدى ناحيته ثم  
خرج من ناحيته الأخرى في زحمة  
الخارجين . ثم أطلق ساقيه مع الربيع  
وراح يدعو بالختارات الخمسة مسرور  
القلب فرحان ، غير آسف على صندوقه  
وما فيه ، وغير خائف من الضابط  
الكرم ..

ومن حسن الخط أن الضابط كان  
يرى الغلام جيداً ، فقد كانت عبته  
مفتوحة يقطنها . فلما رأه وقد أطلق  
ساقيه للربيع صاح ببرطاته منزجاً :  
أوه .. كلفت ..

وطبعي جداً أن السكينة أصعب  
الصيحة فاندفع بكل جده يudo في  
آخر الناس الزئيم .. وما يحتاج للبيب  
أن يفهم أن الغلام كان قد أحكم رباطاً  
رباطي الخذفين الأعين بال AISER ..  
وعاق ذلك العمل الضابط البفظ عن  
الجرى وزاد قهوة بالجسد الجليل كله  
على أرض الطريق ..

ونظر السكينة هافارد إلى ساقيه ،  
يبحث عن عاقبها وجعلها تخوناته  
- وكان تبيها جداً - فأدرك السبب  
بسريعة . وراح يقبنه بضحك غليظ  
جاف وهو يردد . أوه .. برافو ..  
برافو ..

بيع تذاكر  
هذا السباق  
العظيم

العظيم

للمطبخ  
١٩٤٦

جامعة الملك عبد الله بن عبد العزى

لُجَان

دیوان  
لاری

ابن الازدي  
حسين مصرى

ن دنگره

٦٣٠

جنة  
مشریع

بیانات  
مصری

1

# جامعة فواراللأولى

الساعة الـ ٦ ماءً

حربي مظلوم وساعي برأس ذكرى راغبى لفته الفرصة  
الصادرة فقد ترجحت احمدى الجواز الكبيرة وتصبحت من الزماء  
وولتى أن راجحة المائزة الأدلى فى ساره سارة محمد على طات احمدى  
السيد . ففتحت الفرصة وسعدت لهى ذئرها مدم المياد : لأنفرونى الفرصة واغتنمها



# پولکا

العصر الراقي الحديث  
أعظم إنتاج: الشبراويشى

طبع الصورات الملونة: مطبعة شدر